THE ONE MINUTE FATHER

improves every moment you spend with your child

International Best Seller

حمیدی

BOOK HOME
Self Help
Classics

ون منٹ فادر

سپینسر جانسن

مترجم: ریاض محمود انجم

BOOK HOME

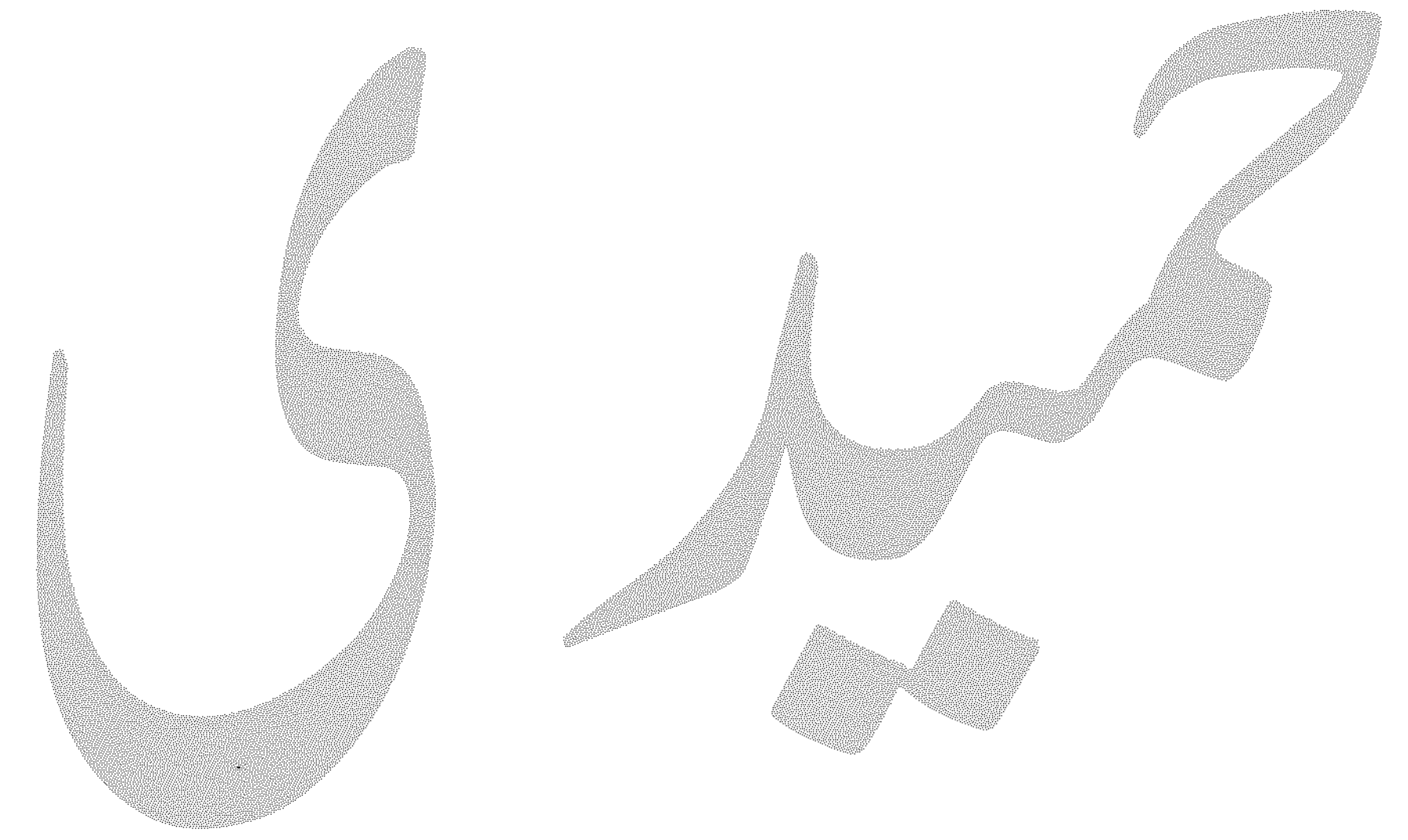
THE ONE MINUTE FATHER
improves every moment you spend with your child
By: Spencer Johnson

ون منٹ فادر

مصنف: سپینسر جانسن
مترجم: ریاض محمود انجم

اہتمام رانا عبدالرحمن
پروڈکشن ایم سرور
کمپوزنگ محمد انور
پرنٹرز آب وتاب پرنٹرز، لاہور
اشاعت 2011ء
قیمت 200 روپے
ناشر بک ہوم لاہور

بک سٹریٹ 46- مزنگ روڈ لاہور، پاکستان
فون:042-37231518-37245072 فیکس:042-37310854
bookhome1@hotmail.com - bookhome_1@yahoo.com
www.bookhomepublishers.com

فہرست

باپوں کے نام خط

آپ کو اپنے تجربے کے ذریعے یقینی طور پر علم ہے کہ ایک اچھا باپ بننے کے لیے ایک منٹ سے کہیں زیادہ وقت صرف ہوتا ہے۔

بہرحال، ایسے دیگر طریقے بھی موجود ہیں جن کے فوری استعمال (ایک منٹ کے اندر) کے ذریعے آپ کے بچوں کو یہ آگہی حاصل ہو جائے گی کہ وہ اپنے آپ کے لیے خودی پسندیدگی کس طرح پیدا کریں، اور پھر اپنے ساتھ کس طرح کا رویہ اور طرزِ عمل اختیار کریں۔

یہ تراکیب اس قدر سادہ اور آسان ہیں کہ آپ مشکل ہی سے یہ یقین کرسکیں گے کہ یہ تو نہایت مفید اور کارگر ہیں۔

بہرحال، ممکن ہے کہ آپ یہ چاہتے ہوں کہ جس طرح دوسرے کامیاب والدین اپنا مقصد حاصل کر چکے ہیں، آپ بھی اسی طرح کامیابی سے اپنا مقصد حاصل کریں، لیکن میرا مشورہ ہے کہ آپ اس کتاب میں بیان کردہ تراکیب کو ایک ماہ کے لیے اپنے گھر میں آزمائیں۔

پھر اپنے آپ کا جائزہ لیں، یہ بھی دیکھیں کہ آپ کے بچوں کا رویہ اور طرزِ عمل کیسے اصلاح پذیر ہوتا ہے۔ پھر بچوں سے استفسار کریں کہ وہ اب خود کو کس قدر اچھا اور بہتر

محسوس کر رہے ہیں۔

مجھے قوی یقین ہے کہ آپ یہ محسوس کریں گے کہ اپنے بچوں کے بارے میں، میں اور دیگر عملی باپوں نے جس طرح محسوس اور معلوم کیا ہے، بچوں اور باپوں کے نکتہ نظر کے لحاظ سے، یہ احساس اور معلومات نہایت ہی مفید و موثر اور کارگر ہے۔

سپینسر جانسن

ایم ڈی

باب:1

تلاش

ایک دن ایک کامیاب شخص نے یہ دیکھا کہ وہ گم ہو چکا ہے اور اس کی یہ حالت کچھ دیر تک ایسی ہی رہی۔ وہ فوراً ہی اس سوال کے جواب، یعنی اپنے آپ سے پیش آنے والے اس مسئلے کے فوری حل کی تلاش میں مصروف ہو گیا، کیونکہ اس قسم کا مسئلہ پہلے کبھی اس کے ساتھ پیش نہیں آیا تھا۔

اس صورت حال کا آغاز اس کی بیوی کی اچانک وفات کے بعد ہوا۔ اب وہ اپنے پانچ بچوں کے ساتھ تنہا رہ گیا تھا۔

وہ اور اس کی بیوی نے اپنے بچوں کی پیار، محبت، اور نظم وضبط کے ساتھ پرورش کرنے کی کوشش کی کیونکہ انہیں علم تھا کہ بچوں کی پرورش اسی طرح کی جا سکتی ہے۔ بنیادی طور پر انہوں نے یہ سب کچھ اس لیے کیا کیونکہ انہوں نے اپنے والدین کو بھی اسی طرح کرتے دیکھا تھا۔

بہرحال، اس شخص کو اندازہ نہیں تھا کہ رات دن بچوں کی پرورش کس قدر مشکل ہے اور اس کی بیوی نے یہ ذمہ داری کیسے نبھائی۔

اب اسے احساس ہونے لگا تھا کہ وہ اسے کیا بتانے کی کوشش کرتی رہتی تھی۔ اور اب باپ اپنے بچوں کے ساتھ جس قدر زیادہ سے زیادہ وقت صرف کرتا، اسے محسوس ہوتا

کہ وہ اپنے بچوں سے کس قدر غافل تھا۔ اسے یاد آیا کہ اس کی بیوی اکثر اسے کہا کرتی تھی کہ وہ بہت پریشان اور مایوس ہے کیونکہ بچوں کے ساتھ معاملات بگڑتے ہی جا رہے ہیں۔ لیکن اس نے کبھی بھی اس مسئلے کا ادراک کرنے کی کوشش نہیں کی تھی۔ اب اس شخص کو احساس ہوا کہ اس کا کام کس قدر مشکل اور پریشان کن ہے۔

اب اسے مکمل طور پر ادراک ہو چکا تھا کہ اس کا کام کس قدر مشکل اور پریشان کن ہے۔ اب اسے مکمل طور پر ادراک ہو چکا تھا کہ کتنا ہی اچھا ہوتا کہ وہ اور اس کی بیوی، دونوں مل کر بچوں کی پرورش کرتے۔

پھر اس شخص اپنے بچوں کے رویوں کا جائزہ لینا شروع کیا۔ اپنی ماں کی نسبت ان کا رویہ بہت ہی جارحانہ اور عجیب تھا۔

اس امر پر بھی وہ بہت حیران ہوا کہ اس کی بیوی، اکثر، اسے، اپنے بچوں کی طرف سے بدتمیزی سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرتی تھی، یا پھر بچے ہی تھے جو اس سے محفوظ رہنے کی کوشش کرتے تھے؟

جوں جوں اس نے اپنا جائزہ لینا شروع کیا، اسے احساس ہوتا گیا کہ اس کے بچے کس قدر سرکش، اور نافرمانبردار تھے۔ اس کی اور ان کی ماں کی کوششوں کے باوجود وہ کس قدر بدتہذیب اور اکھڑ تھے...... اسے ان کی آنکھوں میں جو کچھ نظر آیا، اس سے ظاہر ہوا کہ وہ خود بھی شدید الجھن اور پریشانی کا شکار تھے؟

اسے یہ بھی معلوم تھا کہ دیگر مردوں کے مانند، زندگی میں اپنی مصروفیات کے باعث، اس نے اپنی خاندانی زندگی کا آغاز بہت تاخیر سے کیا تھا۔ مگر کیا وہ نوجوان نسل سے اس قدر لاتعلق تھا؟

کیا سب بچے ایسے ہی تھے؟ کیسے اور کب اس کے یہ بچے گمراہ ہوئے؟

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ باپ کو احساس ہونے لگا کہ اس کے گھر میں سنجیدہ

مسائل پیدا ہونے لگے ہیں...... یہ وہ مسائل تھے جن کے متعلق وہ پڑھتا رہتا تھا، اور بلاشبہ، یہ مسائل دیگر گھرانوں میں بھی موجود تھے۔

پہلی دفعہ، ٹیلی ویژن پر نشر اور اخبارات میں شائع ہونے والی خبروں کے باعث وہ پریشان ہونے لگا۔ وہ ان واقعات کے متعلق سوچنا نہیں چاہتا تھا جو دنیا میں ہر طرف رونما ہو رہے تھے: منشیات کے استعمال میں اضافہ، غنڈہ گردی، بدتمیزی، نوجوان میں جرائم حتیٰ کہ متشدد جرائم اور خودکشیاں، یہ سب کچھ بہت ہی اذیت ناک اور پریشان کن تھا۔

اس نے اپنے ذہن سے یہ سب کچھ بھلا دینا چاہا لیکن اس نے دیکھا کہ اس کے اپنے بچے بھی تفریح اور دل بہلانے کی خاطر گھر سے رات گئے تک باہر آ جاتے ہیں اور اکثر بہت تاخیر سے گھر واپس آتے ہیں۔

اس نے ایک لمحے کے لیے خود کو یہ سمجھانے کی کوشش کی دنیا میں ہر جگہ تمام گھرانے اس قسم کی پریشانی میں مبتلا ہیں...... لیکن پھر، اس کا دل اپنے بچوں کے لیے بھر آیا۔ اس شخص کو اپنے بچوں سے بہت محبت تھی، اس نے اپنے بچوں کے لیے کچھ کرنے کا فیصلہ کر لیا۔

لیکن اسے کیا کرنا چاہیے...... اب اس کا ابتدائی قدم کیا ہوتا؟

یہ شخص ایک زمانے میں اپنے بچوں سے غافل تھا، لیکن اب وہ انہیں نئے انداز کے ساتھ دیکھ رہا تھا۔ پھر اسے محسوس ہو گیا کہ اب اسے کیا کرنا چاہیے؟

وہ سوچ رہا تھا: ''میں نے اپنے بچوں کو خود احتسابی کا سبق نہیں دیا، میں نے انہیں یہ نہیں بتایا کہ وہ اپنے فرائض اور ذمہ داریوں کے ضمن میں جواب دہ ہیں، وہ اس معاملے میں بہت آگے تک نکل گئے ہیں، ان کا یہ رویہ نہ ان کے لیے اچھا ہے اور نہ میرے لیے بہتر ہے......''

پھر وہ فیصلہ کن انداز میں سوچنے لگا: ''میرے بچوں کو اب نظم وضبط کی ضرورت

ہے‘‘ اس کا خیال صحیح تھا۔ اس کے بچوں کے لیے مزید نظم وضبط درکار تھا۔ اور پھر اس نے اپنے بچوں کو نظم وضبط کا پابند بنانے کا عمل شروع کر دیا...... اسے یہ علم ہو چکا تھا کہ کس طرح بہتر طور پر وہ اپنے بچوں پر مزید نظم وضبط لاگو کر سکتا ہے۔ ابتدا میں اس شخص نے وہ طریقے اختیار کیے جو اس نے اپنے والدین سے سیکھے تھے۔ جب بچے اس کے ساتھ بدتمیزی کرتے، وہ ان کی پٹائی کرتا، بلند آواز سے ڈانٹ ڈپٹ کرتا، ان کے کمروں میں بھیج دیتا، ان کا جیب خرچ بند کر دیتا، یا ان کی اچھی طرح ٹھکائی کرتا۔ لیکن ان طریقوں کے باوجود اسے اپنے مطلوبہ نتائج حاصل نہ ہوئے۔

لہٰذا اس نے اپنے بچوں پر مزید سختی شروع کر دی...... اتنی سختی کہ بعض اوقات وہ خود بھی تھک جاتا...... اس کا نتیجہ یہ برآمد ہوا کہ اس کے بچوں کا رویہ عارضی طور پر بہتر ہو گیا لیکن اندرونی طور پر ان کا رویہ اور طرزِ عمل درست نہ ہوا تھا، وہ باپ کے سامنے بظاہر باادب اور فرمانبردار نظر آتے لیکن باطنی طور پر ان کا رویہ بالکل برعکس تھا۔

اب اس شخص کو گھر کی کشیدہ فضا اور ماحول کا ادراک ہونے لگا تھا۔ اب وہ بھی اس صورت حال سے مایوس اور پریشان نظر آ رہا تھا۔ ایسا معلوم ہو رہا تھا کہ اگر اس نے مزید سختی کی تو صورت حال مزید بگڑ جائے گی۔

اب اسے معلوم ہو چکا تھا کہ اب اس کے پاس بچوں کی اصلاح کی کوئی تدبیر باقی نہیں رہ گئی ہے۔ ان بچوں کے باپ نے دیگر شعبہ ہائے زندگی میں بھی اس قسم کی صورت حال کا سامنا کیا تھا اور ہمیشہ وہ اپنے مسائل کا حل تلاش کرنے میں کامیاب رہا تھا۔ لہٰذا اب کی بار اس نے وہی تدبیر آزمائی، جو اس سے پہلے کارگر ثابت ہو چکی تھی۔

اب اسے کسی ایسے شخص کی تلاش تھی جو سب کچھ جانتا ہو!

❀

باب:2

فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش

اس شخص نے اپنا تعارف اس ڈاکٹر سے کروایا جس نے اس کے لیے ایک پیالی میں کافی ڈالی تھی۔ پھر اس شخص نے اپنے مسئلے کی وضاحت کی: ’’مجھے کچھ سمجھ نہیں آ رہی کہ نہ تو میں اپنے گھرانے کو سنبھال سکا ہوں اور نہ ہی اپنی زندگی کے کچھ پہلو میرے بس میں ہیں۔‘‘

یہ ڈاکٹر، خاندانی امور کے متعلق حل بتانے کے ضمن میں خاص مہارت کا حامل تھا، کہنے لگا: ’’مجھے تمہارے احساسات کا بخوبی علم ہے۔‘‘

پھر اس نے نہایت ہی آہستگی سے پوچھا: ’’آپ یہ کیوں سمجھتے ہیں کہ آپ نے ہی لازمی طور پر اپنے گھرانے کی دیکھ بھال اور نگہداشت کرنا ہے؟‘‘

اس شخص نے خاموشی کے ساتھ یہ بات سنی، اس نے اس سے قبل ایسا کبھی نہیں سوچا تھا۔ وہ سمجھتا تھا کہ اپنے خاندان کی دیکھ بھال اور نگہداشت اس کی ذمہ داری ہے۔ جب اس نے ڈاکٹر کی بات پر خصوصاً، اپنے حوالے سے غور کیا،...... تو اسے کچھ کچھ فہم اور سمجھ حاصل ہونے لگی۔

ڈاکٹر نے سوال کیا: ’’آپ کے لیے ان دونوں امور میں سے کیا آسان ہے کہ آپ اپنے زندگیوں کی دیکھ بھال اور نگہداشت کریں یا اپنے بچوں کو اپنی زندگیوں کی

کامیاب دیکھ بھال اور نگہداشت کرنے دیں یا اپنے بچوں کو اپنی زندگیوں کی کامیاب دیکھ بھال اور نگہداشت کرنے میں مدد مہیا کریں؟''

بچوں کا باپ کہنے لگا: ''آپ کے کہنے سے مراد یہ ہے کہ میں انہیں اس قابل کردوں، ان میں یہ صلاحیت پیدا کردوں کہ وہ یہ فیصلہ کر سکیں کہ ان کے لیے صحیح اور درست راستہ کون سا ہے۔ میری بھی وہی خواہش ہے جو تمام والدین چاہتے ہیں۔ میری خواہش ہے کہ میرے بچے خوش رہیں اور ایسے انسان بن جائیں جوان کی اپنی خواہش بھی ہے۔''

ڈاکٹر نے پھر سوال کیا: ''آپ کا سب سے بڑا مسئلہ کیا ہے؟''

باپ نے جواب دیا: ''نظم وضبط! وہ مجھے خوش رکھیں تو کجا، وہ میرے ساتھ بہت برا رویہ اپناتے ہیں۔''

ڈاکٹر نے زور دے کر پوچھا: ''آپ کے ساتھ...... برا رویہ......!''

''ٹھیک ہے، ٹھیک ہے، اپنے ساتھ۔ برا رویہ......!'' باپ نے اپنے دونوں ہاتھ اوپر اٹھاتے ہوئے شکستہ انداز میں کہا۔

ڈاکٹر ہنسنے لگا۔ وہ اس شخص کو پسند کرنے لگا تھا۔ پھر کہنے لگا: ''میں بھی ایک باپ ہوں اور مجھے بھی انہی مسائل کا سامنا ہے۔ بہرحال، میری خوش قسمتی ہے کہ میں نے نظم وضبط کے حوالے سے ایک ایسا بہترین طریقہ ڈھونڈ لیا ہے جس میں وقت بھی بہت کم خرچ ہوتا ہے اور مفید بھی ہے۔

اس شخص کی نظروں میں امید اور خوف کے آثار نظر آنے لگے۔

اب باپ نے وضاحت کرتے ہوئے اعتراف کیا: ''مجھے ایسے معلوم ہوتا ہے کہ میں نے اپنے بچوں کو بہت کم وقت دیا ہے۔ مجھے یہ غرض نہیں کہ مجھے اپنے بچوں کے ساتھ کس قدر وقت صرف کرنا پڑے گا، اور اس کے ذریعے مجھے اور میرے بچوں کو کس قدر فائدہ پہنچے گا، لیکن میری خواہش ہے کہ میرے گھرانے کے امور اور حالات اچھے ہو جائیں۔''

ڈاکٹر نے کہا: ''آپ کی خواہش ہے کہ آپ کے بچے اچھے ہو جائیں، آپ کی یہ بات بہت قابل تعریف ہے لیکن کیا آپ چاہتے ہیں کہ بہت مختصر وقت میں آپ کو بہت اچھے نتائج حاصل ہو جائیں؟''

یہ شخص ہنسا اور کہنے لگا: ''یہ تو بہت اچھا ہے، میں یہ سب کچھ کس قدر جلد سیکھ سکتا ہوں؟''

ڈاکٹر نے جواب دیا: ''نظم وضبط کے متعلق طرائق آپ بہت جلد سیکھ سکتے ہیں حالانکہ، انہیں اچھی طرح سیکھنے کے بعد بھی انہیں استعمال کرنے کے لیے چند ہفتے درکار ہوں گے۔ درحقیقت، جب آپ نے نظم وضبط کا یہ طریقہ پہلی دفعہ استعمال کیا، تو اس کا انداز کچھ اور تھا، لہٰذا، ممکن ہے کہ آپ کو یہ محسوس نہ ہوتا ہو کہ آپ اسے ''بذات خود'' استعمال کر رہے ہیں۔''

بچوں کے باپ نے تبصرہ کیا: ''عین اسی طرح، جب میں نے پہلی دفعہ گولف کی گیند کو بہتر طور پر ضرب لگانا سیکھا۔ لیکن تھوڑی ہی دیر بعد یہ عمل مجھے زیادہ قدرتی محسوس ہونے لگا، اور مجھے بہت خوشی تھی کہ میں نے اپنا انداز تبدیل کر لیا۔''

ڈاکٹر کہنے لگا: ''اگر آپ یہ سب کچھ سمجھ گئے ہیں، اور نظم وضبط کے حوالے سے اپنا طریقہ بدلنے کے لیے تیار ہیں، تو پھر میرے پاس آپ کے لیے خوش خبری ہے کہ آپ نظم وضبط کا ایک ایسا طریقہ سیکھ سکتے ہیں جس کے ذریعے بچوں کو یہ معلوم ہو جائے کہ وہ خود کے ساتھ بہتر رویہ کیسے اختیار کر سکتے ہیں اور اپنی دیکھ بھال و نگہداشت کس طرح کر سکتے ہیں اور اس طریقے کا سب سے بہترین حصہ یہ ہے کہ آپ کے بچے آپ کی بھی عزت کریں گے اور باہمی طور پر خود بھی عزت واحترام پر مبنی رویہ اپنائیں گے۔''

باپ نے جواب دیا: ''بہت ہی شاندار خیال ہے! اب ہم کہاں سے شروع کریں؟''

ڈاکٹر نے جواب دیا: ''سب سے پہلے تو ہم یہ دیکھتے ہیں کہ 'اچھا اور بہترین نظم وضبط' کیا ہے۔ ''نظم وضبط' کو انگریزی میں ''ڈسپلن'' (Discipline) کہتے ہیں اور اس کا ماخذ اطالوی لفظ Disciplina ہے جس کے معنی ''تدریس' کے ہیں۔ باپ کی حیثیت سے ہمارا فرض یہ ہے کہ ہم اپنے بچوں کو بتائیں کہ خود کو نظم وضبط کا پابند بنانے سے کیا فوائد حاصل ہوتے ہیں۔''

باپ نے سوچتے ہوئے کہا: ''آپ کی یہ بات میری سمجھ میں آ رہی ہے، کہ جس طرح کے نظم وضبط کی آپ بات کر رہے ہیں۔ اس کے باعث میں ''سزا دینے والا'' کے بجائے ایک ''استاذ' بن جاؤں گا۔ میں یہ طریقہ کیسے سیکھ سکتا ہوں؟''

ڈاکٹر نے وضاحت کرتے ہوئے کہا: ''یہ طریقہ حیرت انگیز طور پر سادہ اور سیکھنے میں بہت آسان ہے۔ اسے سرانجام دیتے ہوئے صرف ایک منٹ صرف ہوتا ہے، اس لیے میں اسے ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا نام دیتا ہوں۔''

یہ شخص ششدر رہ گیا اور کہنے لگا: ''کیا؟'' اس کا خیال تھا کہ ایک ''اچھا اور بہترین نظم وضبط' کسی قدر مشکل اور پیچیدہ ہو سکتا ہے۔ ''ڈاکٹر، نہایت مودبانہ طور پر آپ سے عرض ہے کہ یہ اس قدر سادہ اور آسان معلوم ہوتا ہے کہ مجھے خدشہ ہے کہ یہ میرے بچوں کے لیے کارآمد اور مفید ثابت نہ ہو!''

ڈاکٹر نے اسے تسلی دیتے ہوئے کہا: ''میں آپ کے شکوک سمجھ سکتا ہوں، میری تمام پیشہ وارانہ تربیت مجھے ایک ایسے سوال کی طرف راہ نمائی کرتی ہے جو سادہ ترین ہو سکتا ہے بہر حال، میں آپ سے وعدہ تو نہیں کرنا چاہتا، لیکن میں آپ کو یقین دلاتا ہوں کہ اگر آپ یہ طریقہ مناسب انداز میں استعمال کریں گے، تو آپ اپنے مطلوبہ نتائج حاصل کر لیں گے۔''

پھر اس شخص نے اپنے شکوک وشبہات، ایک طرف رکھنے کا فیصلہ کیا اور سننے لگا۔

اگر یہ طریقہ سچ ثابت ہوا، تو پھر عین اسی قسم کا نظم وضبط ہوتا، جیسی اس کی خواہش تھی۔

اب کی بار بچوں کے باپ نے فیصلہ کن لہجے میں کہا: ''سب سے پہلے مجھے کیا کرنا چاہیے؟'' ڈاکٹر نے کہنا شروع کیا: ''سب سے پہلے تو ہمیں یہ سمجھنا چاہیے کہ آپ کو کیا کرنا چاہیے کہ آپ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے ذریعے اپنا کون سا مقصد حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ بہر حال، کوئی بھی قدم اٹھانے سے پہلے آپ کو یاد رکھنا چاہیے کہ:

جب میں اپنے بچوں کو تہذیب واخلاق سکھانا چاہتا ہوں تو میری مراد یہ ہوتی ہے کہ وہ اپنے برے رویے کو تو برا سمجھیں لیکن اپنی ذات اور شخصیت کو اچھا سمجھیں!

اس شخص نے ایک لمحے کے لیے سوچا اور کہنے لگا: ''آپ کی یہ بات بہت ہی اچھی ہے، لیکن میں نے اس سے قبل یہ کبھی نہیں سوچا کہ بچوں کی طرف سے اپنے رویے کے متعلق اور اپنے متعلق سوچنے کے درمیان کوئی فرق موجود ہے۔ میرا تو یہ خیال ہے کہ یہ دونوں ایک ہی چیز ہیں۔''

ڈاکٹر نے جواب دیا: ''مجھے آپ کی یہ بات سن کر خوشی ہوئی۔ یہی وجہ ہے کہ والدین کی طرف سے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش اکثر اسی لیے کارگر ثابت نہیں ہوتی۔ بچے بھی ہماری ہی طرح ہوتے ہیں۔ جب کوئی شخص ہمارے رویے کو نشانہ بناتا ہے، جس طرح ہماری اہمیت ہوتی ہے، تو پھر ہم معذرت خواہانہ رویہ اختیار کر لیتے ہیں......اور پھر ہمیں کیا کرنا چاہیے؟''

باپ نے کہا: ''ہم اپنے رویے کا دفاع کرتے ہیں؟''

ڈاکٹر نے کہا: ''بالکل درست یہی بات ہے، اگر ہمارا رویہ غلط بھی ہو تو پھر بھی ہم خود کو درست سمجھتے ہیں۔''

باپ نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''بالکل اسی طرح میرے بچوں کے ساتھ

ہوتا ہے، صاف بات تو یہ ہے کہ میں ایک بہتر طریقہ سیکھنا چاہتا ہوں۔ اب میں کہاں سے شروع کروں؟''

ڈاکٹر کا لہجہ اب بہت ہی زوردار تھا: ''آپ کو چاہیے کہ اپنے ہر بچے کے ساتھ انفرادی طور پر اور نجی طور پر معاملہ طے کریں۔ اگر آپ اپنے بچوں کے رویے اور طرزِ عمل کے باعث ناراض بھی ہوں، تو پھر اہم بات یہ ہے کہ آپ اپنے حقیقی محسوسات سے آگاہ رہیں۔ اگر آپ کو اپنے بچوں سے محبت اور پیار ہے، تو پھر آپ کو دو امور کے متعلق محسوس کرنا چاہیے: حقیقی غصہ اور حقیقی پیار، لہٰذا یہ دونوں امور یاد رکھ لیجئے! مزید برآں، اپنے بچوں کو ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرنے سے قبل یاد رکھیں کہ آپ کی کامیابی کا راز کیا ہے۔ وہ راز یہ ہے کہ ''آپ کے بچوں کا رویہ اچھا نہیں ہے، لیکن وہ بذاتِ خود اچھے ہیں۔''

ڈاکٹر نے اپنی بات جاری رکھی: ''پھر آپ اپنے بچے کی آنکھ میں براہ راست دیکھیں، اسے صاف صاف بتا دیں کہ اس نے کیا کیا ہے۔ آپ خاص طور پر اسی قسم کا زوردار انداز اختیار کریں۔ اس عمل میں صرف چند ثانیے صرف ہوتے ہیں اور پھر ان سے کہیں:

''تم بہت دیر سے گھر لوٹے ہو! تم نے مجھے نہیں بتایا کہ تم کہاں جا رہے ہو! اس ہفتے میں دوسری بار تم نے ایسے کیا ہے!''

پھر اپنے بچے کو دھیمے انداز میں بتائیں کہ اس کے ''کارنامے'' پر آپ کیا محسوس کر رہے ہیں:

''مجھے تم پر غصہ ہے، میں بہت غصے میں ہوں۔''

اگر آپ غصے میں ہیں، اپنے غصے اور ناراضی کا اظہار غصیلے انداز میں کریں۔

''اگر آپ ناراض ہیں تو اس کا اظہار ناراضی سے کریں۔

''میں بہت ناراض ہوں، میں بہت ناراض ہوں۔''

اگر آپ افسردہ ہیں، تو افسردہ ہو جائیے، آپ جو کچھ بھی محسوس کرتے ہیں، اس کیفیت کا اظہار نہایت ایمانداری اور سچائی کے ساتھ کر دیجئے اور نہایت جذباتی انداز اختیار کیجئے۔

فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے پہلے نصف حصے کا اہم حصہ یہ ہے کہ آپ اپنے بچوں کو یہ احساس دلا دیں کہ آپ ان کے متعلق واقعی کیا محسوس کر رہے ہیں۔

''انہیں معلوم ہو جائے گا کہ آپ صرف اس وجہ کے باعث پریشان ہیں کہ آپ انہیں ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کر رہے ہیں۔ آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے آپ کے متعلق اس سے بھی زیادہ محسوس کریں کہ آپ پریشان ہیں، آپ انہیں یہ بات محسوس کرنے دیں۔

جب آپ اپنے بچوں سے یہ بات کہیں گے تو بچے ناراض نہیں ہوں گے، آپ کی اس بات کے ذریعے وہ آپ کی بات سمجھ پائیں گے۔''

ڈاکٹر نے اس شخص کو خبردار کرتے ہوئے کہا: ''آپ کو یہ بھی یاد رکھنا چاہیے کہ آپ کے بچے ''مکہ بازی کا نشانہ بننے والے ہدف'' نہیں ہیں، کیونکہ آپ کی طرف سے اپنی کیفیت کے حقیقی اظہار کے باعث کسی کو بھی واضح طور پر علم ہو سکتا ہے کہ آپ کیسا محسوس کر رہے ہیں۔''

''اس طرح فوری طور پر آپ انہیں یہ سمجھا پائیں گے کہ آپ ان کے رویے کے باعث کیا محسوس کر رہے ہیں۔''

''پھر ایک لمحہ توقف کریں۔......

''آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے آپ کے احساسات و کیفیات سمجھ جائیں

اس لیے ماحول میں کچھ دیر کے لیے ناخوشگوار خاموشی برقرار رہنے دیں۔

''ان چند تکلیف دہ لمحات کے درمیان، آپ کے بچے یہ صورت حال پسند نہیں کریں گے۔''

''آپ کے بچوں کی طرف سے ناراضی اور غصے کی روایتی کیفیت ظاہر ہونا شروع ہو جائے گی۔ کوئی بھی شخص نہیں چاہتا کہ اسے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی جائے، بلکہ یہی وہ چیز ہے جو آپ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے پہلے حصے کے ذریعے حاصل کرنا چاہتے ہیں...... آپ کی خواہش یہی تھی کہ ماحول ناخوشگوار ہو جائے۔''

یہ سب کچھ سننے کے بعد اس شخص نے کچھ دیر کے لیے سوچا، اور پھر آہستہ سے بولا: ''میں تو یہ کہوں گا کہ فوری ڈانٹ ڈپٹ و سرزنش کا پہلا حصہ مختصر ہے لیکن مجھے یہ بھی محسوس کرنا چاہیے تھا کہ آپ کو اپنے غصے کا اظہار کرتے دیکھ کر مجھے پریشانی ہوئی، اور میں تو وہ شخص نہیں بننا چاہتا جسے آپ ڈانٹ ڈپٹ کریں۔''

ڈاکٹر نے کہا: ''مجھ پر یقین کیجئے، اگرچہ یہ صورت حال زیادہ دیر تک برقرار نہیں رہتی، لیکن فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کوئی خوشگوار امر نہیں ہے۔''

باپ نے سمجھنے کے انداز میں سر ہلایا اور سوچنے لگا۔

پھر وہ پوچھنے لگا: ''جب میری فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے باعث میرے بچے مجھ سے ناراض ہو جائیں گے، اپنا دفاع کرنے کی کوشش کریں گے اور خود کو بے چین و پریشان محسوس کریں گے تو پھر میں یہ مسئلہ کروں گا''

ڈاکٹر نے جواب دیا: ''اس مسئلے کا حل ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا دوسرا نصف حصہ ہے، اور یہی کامیابی کی کلید ہے۔

''اگر آپ یہ طریقہ اختیار نہیں کرتے، تو پھر ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش موثر ثابت نہیں ہوگی، اور اگر آپ ''فوری ڈانٹ ڈپٹ و سرزنش'' کا دوسرا حصہ عمل میں لائیں گے تو یہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش موثر اور کارگر ثابت ہوگی۔ آپ کے بچے یکدم اپنے رویوں میں اصلاح کی طرف مائل ہو جائیں گے۔

ڈاکٹر نے خبردار کرتے ہوئے کہا: ''مجھے آپ کو یاد کرا دینا چاہیے کہ جب آپ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا عمل سرانجام دینے میں مہارت حاصل کر لیں تو یہ آپ کے لیے آسان ثابت ہو سکتا ہے، لیکن ابتدا میں آپ کو خاصی مشکل پیش ہو سکتی ہے، خاص طور پر اس وقت جب آپ نے اس کا استعمال سیکھا ہو۔ اس کے لیے آپ کو اپنے رویے میں واضح تبدیلی رونما کرنا ہوگی۔''

باپ نے کہا: ''میں آپ کی بات سمجھ چکا ہوں، لیکن میں واقعی چاہتا ہوں کہ میں ایک بہترین حل اور طریقہ تلاش کر سکوں۔ اب میرا اگلا قدم کیا ہونا چاہیے؟''

ڈاکٹر نے کہا: ''آپ نے اپنے بچے کی فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے پہلے نصف حصے میں جذباتی انداز میں اپنے بچے کو بتایا کہ آپ کی حقیقی کیفیت کیا ہے۔ آپ اس کے رویے کے باعث اس کے ساتھ ناراض ہیں اور ساتھ ہی پریشان بھی ہیں، اب ایک گہرا سانس لیں اور اپنا غصہ ٹھنڈا کر لیں، جب آپ پرسکون ہو جائیں، بچے کی طرف دیکھیں اور اسے ایسے شفقت بھرے انداز میں چھوئیں کہ اسے محسوس ہو کہ آپ اس سے پیار کرتے ہیں۔ پھر اس کے بعد اپنے بچے کو نہایت پیار و محبت سے باقی سچ بھی بتا دیں۔ اس وقت وہ آپ کی طرف سے یہی کچھ سننے کا منتظر ہے اور اسے آپ کی طرف سے یہی سننے کی ضرورت بھی ہے، یعنی، وہ ایک اچھا انسان ہے اور آپ کو اس کے ساتھ محبت و پیار ہے۔''

ڈاکٹر نے اپنا سلسلہ کلام جاری رکھتے ہوئے بچوں کے باپ سے مخاطب ہوتے ہوئے کہا: ''مجھے معلوم ہے کہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا یہ دوسرا نصف حصہ نہایت ہی مشکل ہے لیکن بہرحال، یہ ایک نہایت اہم حصہ ہے۔ اس حصے کو نہایت ایمانداری اور مختصر انداز میں انجام دیجیے۔ پھر اپنے بچے سے کہیئے کہ آج رات تمہارا رویہ اور طرز عمل اچھا نہیں تھا، یہی وجہ ہے کہ میں بہت پریشان ہوں۔ مجھے معلوم ہے کہ تم ایک اچھے بچے ہوں، اور مجھے تم سے بہت زیادہ پیار ومحبت ہے۔ پھر اپنے بچے کو فوراً گلے لگا لیجیے تاکہ اسے معلوم ہو جائے کہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا مرحلہ ختم ہو چکا ہے۔ اب ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش بالکل نہیں ہوگی۔ اب آپ اس کا زبانی اظہار بھی مت کریں۔''

باپ تمام بات بخوبی سمجھ گیا۔ وہ یہ سوچ کر حیران ہو رہا تھا کہ ایک سادہ اور آسان طریقہ اس وقت مفید اور کارگر ہوسکتا ہے اس نے کہا: ''یہ تو انتہائی ناقابل یقین ہے۔''

ڈاکٹر نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''مجھے معلوم ہے، لیکن جس قدر آپ یقین کے ساتھ یہ عمل سرانجام دیں گے، آپ کے بچے جس قدر مزاحمت بھی کریں، اس قدر جلد آپ اور آپ کے بچے اپنے مطلوبہ شاندار نتائج حاصل کرلیں گے۔ جس طرح اکثر دوسرے گھرانوں میں ہوتا ہے۔ جب میں ان گھرانوں کی بات کرتا ہوں، تو ان میں سے چند گھرانوں نے مجھے بہت ہی اہم سبق سکھایا۔''

باپ نے پوچھا: ''وہ سبق کیا ہے؟''

ڈاکٹر نے کہا: ''جب میں نے پہلی دفعہ یہ طریقہ وضع کیا تو میرے خیال کے مطابق یہ ''نظم وضبط'' کا ایک طریقہ تھا۔ جب آپ اسے شروع کرتے ہیں، اس کی نوعیت

یہی رہے گی۔ اور بہت موثر اور مفید ہوگا۔''

باپ نے پوچھا: ''اور پھر بعد میں!''

ڈاکٹر نے وضاحت کرتے ہوئے جواب دیا: ''اپنے بچوں کے لیے یہ طریقہ استعمال کرنے کے تھوڑی دیر بعد آپ محسوس کریں گے کہ اگرچہ یہ طریقہ نظم وضبط کے متعلق ہے، لیکن دراصل یہ ایک زبردست اور بہترین ابلاغی طریقہ ہے جس کے ذریعے آپ اپنے بچوں کے ساتھ اپنے جذبات کا اظہار کرتے ہیں۔''

اس شخص نے بات کاٹتے ہوئے کہا: ''آپ یہ کہنا چاہتے ہیں کہ یہ ایک ایسا طریقہ ہوگا جس کے ذریعے آپ اپنے ساتھ اپنے خیالات، جذبات اور احساسات کا اظہار کرسکیں گے؟''

ڈاکٹر نے کہا: ''بلاشبہ، بچوں کے بھی اپنے ناخوشگوار احساسات، خیالات اور جذبات ہوں گے۔''

باپ نے کہا: ''کیا آپ یہ کہہ رہے ہیں کہ میں انہیں یہ کہوں کہ وہ بھی میری طرح اپنے حقیقی جذبات واحساسات کا اظہار ایماندارانہ انداز میں کریں؟''

ڈاکٹر نے جواب دیا: ''بالکل درست یہی بات ہے'' فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش، پرمبنی طریقے کو ایک منٹ کے لیے استعمال کیجیے جبکہ آپ دیکھیں کہ گھر میں کس قدر جلد حالات بہتر ہوتے ہیں۔ پھر جب آپ اس کے استعمال میں ماہر ہو جائیں گے اور آپ پُراعتماد بھی ہو جائیں گے، پھر شاید آپ یہ کہیں کہ آپ کے بچے بھی آپ کے ساتھ ایسا ہی کریں۔ جو گھرانے یہ طریقہ استعمال کررہے ہیں، انہیں اپنے تجربے کے ذریعے معلوم ہوا ہے کہ جب باپ اور بچے ایک دوسرے کے جذبات اور احساسات سے بخوبی طور

پر واقف ہوں تو یہ طریقہ بہت ہی کارگر اور مفید ثابت ہوتا ہے۔ جب آپ کے بچوں نے یہ دیکھا کہ آپ نے کسی شخص پر حملہ کیے بغیر اپنے جذبات واحساسات کا اظہار کیا، تو وہ آپ سے تلخ اور رنجیدہ ہوئے بغیر آپ کو اپنے اصلی جذبات اور حقیقی کیفیات سے آگاہ کر دیں گے۔''

باپ نے کہا: ''بہت خوب! اب میں یہ طریقہ آزماتا ہوں!''

اس شخص نے جو کچھ سنا تھا، اس کے متعلق خلاصہ تیار کیا کہ جیسے وہ پہلے ہی یہ طریقہ استعمال کرتا رہا ہے۔

اب یہ شخص اٹھ کھڑا ہوا، ڈاکٹر سے مصافحہ کیا اور اس کا شکریہ ادا کیا۔ ڈاکٹر نے اسے بتایا کہ یہ طریقہ استعمال کرتے ہوئے اگر اسے کسی مشکل یا مسئلے کا سامنا کرنا پڑے تو وہ اسے فون کر کے تمام بات بتا سکتا ہے۔

اپنی کار کی طرف واپس جاتے ہوئے یہ شخص سوچ رہا تھا: ''یہ طریقہ کافی سادہ اور آسان معلوم ہوتا ہے لیکن مجھے معلوم ہے کہ اس طریقے پر عمل کرنے کے لیے مجھے اپنے رویے اور طرزِ عمل میں تبدیلی لانا پڑے گی۔ اور یہ چیز اس قدر آسان اور سہل نہیں ہے۔ میں حیران ہوں کہ کیا میں اپنے بچوں کو یہ بتا سکتا ہوں کہ میں کیا محسوس کر رہا ہوں؟ یہ کام تو میرے لیے کبھی آسان نہ تھا۔ اور اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز امر یہ ہے کہ میں انہیں یہ بتانے کے بعد پر سکون ہو جاؤں کہ میں ان کے رویے کے متعلق کیا محسوس کرتا ہوں۔ مجھے امید ہے کہ میں انہیں یاد دلا سکتا ہوں کہ وہ اچھے بچے ہیں اور یہ کہ میں ان سے پیار کرتا ہوں۔'' لیکن ایک بچے کی حیثیت سے وہ جانتا تھا کہ اسے اس قسم کے الفاظ سننے ہوں گے۔''

جب وہ یہ سوچ رہا تھا کہ اپنے بچوں کو نظم وضبط کا سبق دینے کے لیے اسے اپنے

رویے میں تبدیلی لانا ہوگی، اسے قدرے پریشانی لاحق ہو رہی تھی۔۔

پھر اس نے فیصلہ کیا کہ ایک نیا طریقہ اپنانے کے باعث خود کو تکلیف اور پریشانی میں مبتلا کرنے کی نسبت، اپنے گھرانے کے حالات کی اصلاح، نہایت اہم ہے۔

جب وہ اپنی کار کی طرف واپس گیا تو اس نے کچھ کر گزرنے کا فیصلہ کر لیا ہوا تھا، اور اپنے بچوں کی اصلاح کے لیے نئے طریقہ اپنانے کے ضمن میں پر عزم تھا۔

پھر اس نے ایک اہم عبارت لکھی جو اس کے نزدیک بہت ہی مفید تھی۔ یہ ایک واحد فقرہ تھا جو اس نے نہایت مثبت انداز میں لکھا۔

یہ فقرہ ابھی تک اس کے احساس وشعور میں جگہ نہ بنا سکا تھا۔ لیکن اب وہ چاہتا تھا کہ وہ اب اس مسئلے کا مکمل اور صحیح حل تلاش کر لے۔

اس نے یہ فقرہ بار بار پڑھا۔

بچے جس قدر زیادہ اپنی شخصیت کو پسند کرتے ہیں تو وہ چاہتے ہیں کہ وہ زیادہ سے زیادہ اپنی ذات اور شخصیت سے اچھا اور بہتر رویہ اپنائیں۔

❁

باب:3

فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش: خلاصہ

-1 جب میرے بچوں کا رویہ اور طرز عمل میرے لیے ناقابل برداشت ہو جاتا ہے تو پھر میں اپنے بچوں کو پہلے ہی بتا دیتا ہوں کہ میں اب ان کی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرنے والا ہوں۔ میں انہیں کہتا ہوں کہ جس طرح میں نے اپنی دلی کیفیات کا ایماندارانہ اظہار کر دیا ہے، وہ بھی ایسا ہی کریں۔

''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا پہلا نصف حصہ

-2 جتنا جلد ممکن ہو، میں اپنے بچوں کی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرتا ہوں۔

-3 میں انہیں واضح طور پر بتا دیتا ہوں کہ انہوں نے کیا ''کارنامہ'' سرانجام دیا۔

-4 میں اپنے بچوں کو بتا دیتا ہوں کہ جو کچھ انہوں نے رویہ اپنایا ہے، وہ اس کے متعلق کیسا محسوس کرتے ہیں۔

-5 میں چند طویل ناخوشگوار لمحات کے لیے خاموش ہو جاتا ہوں کہ انہیں یہ معلوم ہو جائے کہ میری کیفیات اور احساسات کیا ہیں۔

''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا دوسرا نصف حصہ

-6 پھر میں پرسکون ہو جاتا ہوں، اپنا غصہ ٹھنڈا کرتا ہوں، اپنے بچوں کو ایسے محبت

بھرے انداز میں چھوتا ہوں کہ انہیں معلوم ہو جائے کہ میں ان سے محبت کرتا ہوں۔

-7 میں اپنے بچوں کو باور کرواتا ہوں کہ اگرچہ ان کا موجودہ رویہ درست اور صحیح نہیں ہے، میں ابھی بھی انہیں اچھا انسان سمجھتا ہوں۔

-8 میں اپنے بچوں کو بتاتا ہوں کہ میں ان سے پیار کرتا ہوں، میں انہیں گلے لگا لیتا ہوں۔ میں انہیں بتا دیتا ہوں کہ اب ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش ختم ہو چکی ہے۔ میں اس کا دوبارہ اظہار نہیں کرتا۔

-9 پھر بعد میں، میں اپنے بچوں سے وہ کچھ سنتا ہوں، جو وہ مجھے کہنا چاہتے ہیں۔

-10 مجھے یہ احساس ہے کہ حالانکہ بچوں کو ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرتے ہیں محض ایک منٹ صرف ہوتا ہے، اور میرا رویہ بھی محبت آمیز ہوتا ہے، اس کے اثرات بچوں کی آیندہ زندگیوں میں مستقل طور پر محسوس کیے جا سکتے ہیں۔

باب:4

فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا استعمال

جب یہ شخص اپنے گھر واپس پہنچا تو اس کی ملاقات اپنے پانچ بچوں سے ہوئی۔

اسے یہ معلوم تھا کہ یہ ملاقات ناخوشگوار ہوگی لیکن اسے یہ بھی توقع تھی کہ یہ ملاقات مفید اور کارآمد ثابت ہوسکتی ہے۔

اس نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''مجھے چاہیے تھا کہ میں اچھا باپ ثابت ہوتا'' پھر اس نے مسکراتے ہوئے خود کلامی کی ''اور صاف بات تو یہ ہے کہ اے میرے بچو، اگر تم زیادہ بہتر رویے کا مظاہرہ کرتے تو مجھے اچھا محسوس ہوتا۔''

اس نے مزید کہا: ''میں نے جہاں بھی کام کیا، کامیاب رہا، مجھے تو یہ خدشہ ہے کہ میں نے اپنی زندگی کے بہت اہم شعبے، اے بچو! تمہیں نظر انداز کیا۔''

پھر بچوں کے باپ نے اپنے بچوں کو وہ کچھ بتایا جو اس نے فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے متعلق سنا تھا۔ بچوں نے اپنے باپ سے ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کے متعلق بہت سوالات پوچھے جن کے اس نے نہایت ایمانداری سے جواب دیے۔

باپ نے اپنے بچوں کو بتایا کہ جب وہ بچہ تھا تو اسے خود سے بھی یہی توقع تھی کہ اس کا رویہ بہت ہی شائستہ اور تمیزدار ہوتا...... لیکن اسے کبھی موقع ہی نہیں فراہم کیا گیا کہ وہ اس قسم کے رویے اور طرز عمل کا مظاہرہ کرسکے۔

پھر اس نے اپنے ہر بچے کو اپنی مرضی کے مطابق رویہ اور طرز عمل اختیار کرنے کا موقع فراہم کردیا۔

جب انہوں نے بُرے رویے اور طرز عمل کا مظاہرہ کیا، تو پھر انہیں اس سے کہیں سزا مل سکتی تھی، جو انہیں اب ملی تھی، یا پھر وہ یہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش حاصل کرسکتے تھے۔

اس ملاقات کے دوران کوئی بھی شخص بول نہیں رہا تھا۔

وہ سوچنے لگا، ''جب میرے بچے برا رویہ اور طرز عمل اختیار کریں، تو میں انہیں فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش فراہم کروں، تو یہ ایک ایسی چیز ہوئی جو میں ان کے لیے نہیں بلکہ اپنے بچوں کے لیے کروں گا۔''

باپ کو اپنے تجربے کے ذریعے معلوم ہوگیا تھا کہ جب لوگ کسی ایسے فیصلے میں شریک ہوتے ہیں جو ان پر اثر انداز ہوتا، وہ ان میں زیادہ سے زیادہ کامیاب ہونا چاہتے ہیں۔

پھر باپ نے کہا: ''ایک ایسی صورت حال کے متعلق سوچو جہاں تم جیت سکتے ہو یا پھر حالات جوں کے توں رہتے ہیں۔ اگر اس صورت حال کے باعث ہم اپنے گھر میں خوشگوار فضا پیدا کرلیتے ہیں، ہم کامیاب ہیں۔ اگر ہم کامیاب نہیں ہوتے، تو حالات جوں کے توں رہیں گے۔''

سب سے بڑا لڑکا، جو ایک ناراض نوجوان، بن چکا تھا کہنے لگا: ''کامیاب ہونے یا حالات جوں کے توں رہنے کی کسے پرواہ ہے؟ اس کے ذریعے کوئی زیادہ فرق محسوس نہیں ہوتا۔''

باپ نے جواب دیا: ''بہت خوب! اگر واقعی تمہارا یہی مطلب ہے تو پھر میں تمہارا رویہ اور طرز عمل اسی طرح درست کروں گا جس طرح میں پہلے سے کرتا آیا ہوں۔'' پھر وہ

مڑا اور پوچھا: ''اور اب میرے دوسرے بچو، تمہارا کیا خیال ہے؟''

دوسرے بچے، اپنے بڑے بھائی کے رویے اور طرزِ عمل سے بیزار ہو چکے تھے۔

منجھلی بیٹی بولی: ''آپ کی بات مجھے درست معلوم ہوتی ہے۔'' پھر بڑی بیٹی نے بھی فیصلہ کن لہجے میں کہا: ''میرا بھی یہی خیال ہے۔'' نو سالہ لڑکے نے آہستگی سے پوچھا: ''کیا میں انتظار کر سکتا ہوں اور دیکھ سکتا ہوں کہ اب کیا صورت حال پیدا ہوتی ہے؟''

باپ ہنسنے لگا: اس نے مصنوعی غراہٹ کے ساتھ کہا: ''ٹھیک ہے، اب میں تمہارے چوتڑوں پر ماروں گا۔''

چھوٹا بچہ کہنے لگا: ''اوہ، اب میں کچھ سوچتا ہوں، میرا خیال ہے کہ میرے لیے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کافی ہوگی۔''

پھر باپ نے ایک نہایت ہی دانشمندانہ کام کیا۔ اس نے ایمانداری سے اعتراف کیا: ''سچ تو یہ ہے کہ مجھے نہیں معلوم کہ میں تمہیں ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کر سکتا ہوں یا میں تمہاری بہت اچھی ڈانٹ ڈپٹ یا سرزنش کر سکتا ہوں۔ میں اپنی کیفیات کا اظہار بہتر طور پر نہیں کر سکتا۔ میں نے اپنے باپ کو بھی ایسا کرتے ہوئے کبھی نہیں دیکھا۔ مجھے ذرہ بھر بھی نہیں معلوم کہ میں اب یہ کام کر سکتا ہوں!''

بڑے بیٹے نے جواب دیا: ''آپ کم از کم کوشش تو کر سکتے ہیں!''

اس شخص کو معلوم نہیں ہو سکا کہ بڑے بیٹے کا یہ فقرہ ناراضی کا مظہر تھا یا امید کا عکاس تھا۔ لیکن اسے یہ بات نہایت عجیب محسوس ہوئی کہ جو بچہ پہلے اس سے یہ کہہ رہا تھا کہ صورت حال کو تبدیل کرنے سے کوئی فرق محسوس نہیں ہوتا، اب وہی بچہ اسے کہہ رہا ہے کہ کوشش کرنے میں کیا حرج ہے۔

بچے اپنے باپ کی اس بات سے بہت زیادہ متاثر ہوئے کہ اس نے انہیں، ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے متعلق اپنی حقیقی کیفیات سے آگاہ کر دیا، ہر ایک کو اپنی مرضی کا

رویہ اختیار کرنے کا موقع فراہم کیا، اور صاف صاف یہ اعتراف کر لیا کہ اس کے نزدیک یہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش بہتر درست ثابت ہوتی ہے۔ پھر باپ نے اپنے ایک بچے کے سوا چاروں بچوں کو ڈانٹا ڈپٹا اور ان کی سرزنش کی۔ اس عمل کے دوران اس نے دیکھا کہ سب بچوں کے چہروں پر ناراضگی کے آثار پیدا ہو رہے ہیں۔

پھر ان میں سے ہر ایک بچہ اپنے اپنے طریقے کے ذریعے اپنی ہر ممکن کوشش کرنے لگا کہ ان کا باپ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا یہ تکلیف دہ اور اذیت ناک عمل روک دے۔ جب باپ ان کو ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کر رہا تھا تو انہوں نے اپنے باپ کی طرف نظر اٹھا کر بھی نہ دیکھا۔ وہ کھڑکی سے باہر دیکھتے رہے اور یوں اداکاری کی جیسے وہ بیزار ہو رہے ہوں۔ وہ نہایت خفگی کے عالم میں چھت کو گھورتے رہے۔ انہوں نے ہر ممکن کوشش کی کہ وہ اپنے باپ سے نظریں نہ ملا سکیں۔

وہ نہایت اضطراب کے عالم میں ہنس رہے تھے اور اس امر کا مذاق اڑا رہے تھے جو انہیں بتایا گیا تھا۔

وہ بچی جو ابھی چلنا سیکھ رہی تھی، اس نے اپنے ننھے ننھے ہاتھ اپنے کانوں پر رکھ لیے تھے اور اپنے ہونٹ سختی کے ساتھ بھینچ لیے تھے اور اسے اپنے گردوپیش کی کوئی خبر نہ تھی۔

چھوٹے بچے نے اپنی پسندیدہ عادت کے مطابق اپنی کلائی پر بندھی فرضی گھڑی کی طرف دیکھنا شروع کر دیا اور جو اس کے پاس کبھی بھی نہیں تھی۔ وہ اپنے باپ کو وقت کا احساس دلانے کی کوشش کر رہا تھا۔

اسے معلوم تھا کہ اس کا باپ اسے فوری طور پر ڈانٹ ڈپٹ رہا ہے اور اس کی خواہش تھی کہ اس کے باپ کو معلوم ہو جائے کہ اب یہاں کیا ہو رہا ہے۔

بلاشبہ انہوں نے یہاں سے بھاگنے کی کوشش کی کیونکہ اب ان میں سے کوئی بھی یہ سب کچھ سننا نہیں چاہتا تھا۔

لیکن ان کے باپ نے ان کی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش جاری رکھی۔

بچوں نے اس ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے اثرات تحلیل کرنے کی جس قدر بھی کوشش کی، باپ پر کوئی اثر نہ ہوا اور اس نے یہ سلسلہ جاری رکھا۔ باپ نے اپنی اس کیفیت کا برملا اظہار کیا۔

ان بچوں نے اپنے رویوں کے باعث، بہت پہلے ہی محسوس کر لیا تھا کہ ان کا باپ ناراض ہے، رنجیدہ ہے اور مایوس بھی ہے۔ انہیں معلوم تھا کہ ان کا رویہ ان کے باپ کے لیے ناقابل برداشت ہے، اور وہ اپنے باپ کی یہ کیفیت پسند نہیں کر رہے تھے۔

لیکن انہیں سب سے زیادہ دکھ اور تکلیف اس وقت محسوس ہوئی، جب ان کے باپ کا غصہ ٹھنڈا ہو گیا، وہ پرسکون ہو گیا، انہیں محبت بھرے انداز میں سہلایا، اور انہیں بتایا کہ وہ اس سلوک کے مستحق نہیں تھے۔

اور پھر باپ نے انہیں یاد دلایا کہ اسے ان سے کس قدر زیادہ محبت ہے۔ یہ وہ الفاظ تھے جو وہ حقیقی طور پر اپنے باپ کی زبان سے سننا چاہتے تھے۔ لیکن باپ کو ان کے رویوں سے معلوم نہ ہوتا...... کم از کم پہلی دفعہ تو محسوس نہ ہوتا۔

شروع میں تو بچوں نے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے دوران اپنے باپ کو جواب دینے کی کوشش کی۔ ان کے پاس اپنے رویوں کے بہانے موجود تھے اور ہر بچہ، باپ کو اپنے رویے کی وجہ بتانا چاہتا تھا۔ انہوں نے اپنے غلط اور برے رویے کے باوجود خود کو صحیح ثابت کرنے کی کوشش کی۔

لیکن جب بھی انہوں نے ایسا کرنے کی کوشش کی، غصے میں لال پیلے باپ نے بلند آواز میں انہیں ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش جاری رکھی۔ ''یہ کوئی بحث و مباحثہ نہیں ہے۔ میں تمہیں صرف یہ بتا رہا ہوں کہ مجھے کیا محسوس ہو رہا ہے! اور اگر تم چاہتے ہو کہ یہ سلسلہ مزید دراز ہو'' تو ایسا بھی ہو سکتا ہے!''

بچوں کو جلد ہی یہ احساس ہو گیا کہ وہ جو بھی کریں، ان کا باپ انہیں بتا کر رہے گا کہ ان کے ناقابل برداشت رویے کے باعث، وہ کیسے محسوس کر رہا ہے۔

اور پھر بعد میں ان کے باپ نے ایک اور رویہ اور طرز عمل اپنایا، جس کے باعث اس گھرانے میں انقلاب برپا ہو گیا۔ اس نے اپنے بچوں سے کہا کہ وہ کسی دوسرے وقت اس کے پاس آ کر اپنا موقف بیان کر سکتے ہیں۔

ان کے باپ نے ان سے جو کچھ بھی کہا تھا، اس کے بعد زیادہ تر وقت، یہ بچے اسی سوچ میں گم رہے کہ وہ جانتے ہیں کہ ان کا باپ صحیح اور درست ہے، اور اب انہیں دوبارہ کوئی بات کہنے یا عذر پیش کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

بہرحال، جب یہ بچے اپنے باپ کے پاس کچھ کہنے کے لیے آئے تو باپ نے ان کی بات نہایت توجہ سے سنی۔ وہ چاہتا تھا کہ جب وہ اپنے بچوں سے بات کرے تو وہ بھی اس کی بات غور سے سنیں۔ اور اسے معلوم تھا کہ:

اپنے بچوں کو اپنی بات سنانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ وہ اپنے بچوں کی بات غور سے سنے۔

چند ہفتوں بعد اس شخص نے محسوس کیا کہ اس کے زیادہ تر بچوں کے رویوں میں بہتری پیدا ہو رہی ہے۔ بلاشبہ بچوں کے رویے میں یہ اصلاح یک دم واقع نہیں ہوئی۔ اسے یہ کامیابی بغیر پریشانی حاصل نہ ہوئی۔

اگرچہ اسے یہ بتایا گیا تھا کہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش مفید اور کارگر ثابت ہو گی لیکن باپ یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ بچوں کے رویوں میں یہ تبدیلی کس قدر ڈرامائی تھی۔

تجسس کے مارے ایک دن اس نے اپنے چھوٹے بیٹے سے پوچھ ہی لیا کہ ان کے رویوں میں تبدیلی اور اصلاح لانے کے ضمن میں ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا کیا کردار ہے۔

بیٹے نے جواب دیا: ''مجھے یہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش پسند نہیں ہے۔ یہ بہت تکلیف پہنچاتی ہے اور اس کے اثرات بہت دیر تک قائم رہتے ہیں۔''

جب اس کے متحیر باپ نے یہ بات سنی، تو اس نے پوچھا: ''یہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش پٹائی سے زیادہ تو تکلیف دہ اور اذیت ناک نہیں؟ کیا ایسا نہیں ہے؟''

بچے نے جواب دیا: ''یہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش بہت زیادہ تکلیف اور اذیت کا باعث ہوتی ہے۔ میرے بُرے رویے کے باعث جو کچھ میرے ساتھ ہوا، وہ انتہائی برا ہوا، اور مجھے بہت پریشانی ہوئی اس کے اثرات پٹائی سے زیادہ مجھ پر مرتب ہوئے۔ میں سوچتا رہا کہ آپ نے یہ کہا تھا کہ...... میں بذات خود بہت اچھا ہوں۔''

باپ کو معلوم ہو گیا کہ اسے اپنے سوال کا جواب مل چکا ہے۔

اسے جلد ہی معلوم ہو گیا کہ اس کے بچوں کا رویہ اور طرز عمل پہلے سے کہیں بہتر اور اچھا ہو چکا ہے۔ اس نے دیکھا بلکہ محسوس بھی کیا کہ اس کے اپنے بچوں کے ساتھ بہترین تعلقات قائم ہو رہے ہیں۔

ایسے معلوم ہو رہا تھا کہ انہیں اپنے برے رویوں پر شرمساری ہے لیکن وہ اپنی شخصیت اور ذات کو برا نہیں سمجھتے۔ باپ کو سب سے زیادہ خوشی اس بات کے باعث ہوئی کہ اس کے بچے اس کے قریب ہو رہے ہیں۔

بہرحال، باپ کی سرزنش کے باعث بچوں نے تین سبق سیکھے۔ اب وہ بُرا رویہ نہیں اپنائیں گے، ان کی شخصیت بذات خود بری نہیں ہے، اور باپ ان سے محبت کرتا ہے۔

بلاشبہ، ان کے باپ کو اپنے بچوں سے ہمیشہ ہی سے پیار تھا۔ لیکن جیسے ہی باپ نے ان کے لیے فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا طریقہ استعمال کیا، اسے اپنی گھریلو زندگی زیادہ خوشگوار محسوس ہونے لگی۔

وہ اس تبدیلی کے متعلق سوچ رہا تھا۔

کسی سے محبت کرنے اور اس کے متعلق محبت محسوس کرنے کے درمیان بہت زیادہ فرق ہے۔

اب بچے اپنے باپ کا پیار اور چاہت کو محسوس کرنے لگے کیونکہ باپ نے اپنے پیار و چاہت کا ان کے سامنے اظہار کیا تھا۔

عین توقع کے مطابق، ابتدا میں اسے اپنی طرف سے محبت و پیار اور ناراضی پر مبنی احساسات، کا بیک وقت اظہار، مشکل محسوس ہوا تھا۔ جب وہ غصے میں ہوتا، تو پھر وہ کبھی کبھی اپنے بچوں کو یہ یاد دلانا بھول جاتا کہ ان کی شخصیت بہت اچھی ہے اور اسے ان سے پیار اور چاہت ہے۔

بہرحال اپنے اس رویے کو بار بار دہرانے کے ذریعے، وہ اب زیادہ بہتر طور پر اپنی یہ دونوں کیفیات بیک وقت ظاہر کر سکتا تھا۔

اس نے نہایت جذباتی طور پر اپنے بچوں کے بُرے رویوں کے متعلق اپنے احساسات کا اظہار کیا اور پھر انہیں بھی بتایا کہ ان کے ناقابل قبول رویوں کے باوجود، وہ ان سے پیار اور محبت کرتا ہے۔

جب باپ میں بذات خود اعتماد پیدا ہو گیا، تو پھر اس نے اپنے بچوں میں یہ خصوصیت پیدا کرنا شروع کی کہ جس طرح اس نے اپنی کیفیات کا ایمان دارانہ اظہار کیا، وہ بھی اپنی کیفیات اور احساسات کا اسی طرح ایمان دارانہ اظہار کیا کریں۔

پھر ایک ایک کر کے تمام بچے تخلیے میں اپنے باپ سے ملے اور بتایا کہ اب ان کی حقیقی کیفیت کیا ہے۔ بلاشبہ ان میں اپنے متعلق غصہ اور مایوسی ابھی تک موجود تھی، اور انہوں نے اپنی اس کیفیت کا اپنے باپ کے سامنے برملا اظہار بھی کر دیا تھا۔

اور پھر بچوں نے بھی باپ کو بتا دیا کہ انہیں بھی اس سے بہت زیادہ محبت و پیار ہے۔ سب بچے بہت ہی خلوص اور پیار کے ساتھ اپنے باپ کے گلے لگے۔ بعض اوقات

بچے اپنی اس محبت کا اظہار اس شدید طور پر کرتے کہ وہ خوفزدہ ہو جاتا، لیکن بہر حال، اسے اپنے بچوں سے محبت اور چاہت تھی۔

اور پھر آخر میں اس کا نوعمر ناراض بیٹا آیا۔ اس کی حالت ان سب سے زیادہ بری تھی کہ اسے سمجھ نہیں آ رہی تھی کہ وہ کیا کرے۔

اس لڑکے نے وہ بہتر تعلقات بھی دیکھے تھے جو اس کے باپ اور بہن بھائیوں کے درمیان پیدا ہوئے تھے، وہ کسی نہ کسی طرح ان تعلقات کا ایک حصہ بننا چاہتا تھا۔

پھر اس نے موقع سے فائدہ اٹھانے کا فیصلہ کر لیا، اس نے اپنے باپ کو سچ سچ سب کچھ بتا دیا۔

جب اس نوعمر بچے نے اپنے باپ کو یہ بتا دیا کہ اس نے ایک برا کام کیا ہے، اسے سمجھ نہیں آ رہی تھی کہ وہ کیا کہے۔ لیکن یہ بات واضح تھی کہ وہ اپنے باپ کی طرف سے مدد کا طلب گار تھا۔

باپ کو اپنے اس سرکش اور نافرمان بیٹے پر غصہ بھی تھا اور اس کے ساتھ محبت بھی تھی۔ کسی نہ کسی وجہ سے وہ اپنے نوعمر بیٹے کو نہیں بتا سکتا تھا کہ اس کی کیفیت کیا ہے۔ لیکن اسے یہ ضرور معلوم تھا کہ بچے کو کس چیز کی ضرورت تھی اور وہ کس بات کے متعلق مدد طلب کر رہا تھا۔

اس وقت ذات ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کیے ہوئے کافی عرصہ گزر چکا تھا۔

باپ نے براہ راست اپنے بیٹے کی آنکھوں میں دیکھتے ہوئے کہا: ''تم نے واضح طور پر کسی دوسرے شخص کے ساز و سامان کو نقصان پہنچایا ہے۔ اور تمہیں اس کے متعلق بہتر علم ہے۔ تمہارا یہ رویہ ناقابل برداشت ہے، میں تم سے بیزار ہو چکا ہوں، میں بہت مایوس ہو چکا ہوں اور مجھے تم بھی بہت غصہ اور ناراضی ہے!''

باپ کا چہرہ سرخ ہو رہا تھا اور اس کی گردن کی رگیں پھول کر باہر آ رہی

تھیں۔ باپ کو اس وقت اس قدر شدید غصہ آیا ہوا تھا کہ وہ آپے سے باہر ہوا جا رہا تھا کیونکہ وہ یہاں سالہا سال سے رہ رہا تھا۔ لیکن باپ کو یہ بھی علم تھا کہ اسے اپنا یہ غصہ مختصر رکھنا چاہیے اور وہ دوسرے مواقعوں پر بھی اپنے غصے کا اظہار کر سکتا ہے۔

اس نے اپنے بچے کی آنکھوں میں گھورا اور جلدی سے دہرایا: ''مجھے تم پر سخت غصہ ہے!''

باپ اور بچے کے درمیان بات چیت کے درمیان جان لیوا وقفے کے دوران، لڑکے کو محسوس ہو گیا کہ اس کا باپ غصے میں ہے اور اس سے ناراض ہے۔

اور اب یہ صورت حال بچے کے لیے بہت پریشانی کا سبب بن رہی تھی۔

اور اس لمحے یہ نوعمر بچہ اپنے باپ کو ناپسند کرنے لگا۔ جس طرح اس سے بات کی جا رہی تھی، اس کے باعث اس نے اپنی ناراضی کے اظہار کا فیصلہ کر لیا۔ اب وہ ان تمام وجوہات کے متعلق سوچنے لگا جس کے باعث اس نے کسی دوسرے شخص کے ساز و سامان کو نقصان پہنچایا تھا۔

وہ ابھی اپنے باپ کو جواب دینے ہی لگا تھا کہ اس وقت......

باپ نے گہرا سانس لیا اور نہایت آہستگی کے ساتھ اپنا ہاتھ اپنے بیٹے کے کاندھے پر رکھ دیا، پھر اس نے نہایت آہستگی سے کہا: ''میرے بیٹے! تم نہ صرف بہتر جانتے ہو، بلکہ تم بچے بھی بہت اچھے ہو۔ تم نے جو نقصان کیا ہے، تم یہ نقصان پورا کر دو گے۔ تم یہ کام کر سکتے ہو کیونکہ تم ایک اچھے بچے ہو۔ یہ حقیقت تمہیں بھی پتا ہے اور مجھے بھی علم ہے۔ میرے بچے، تم ایک اچھے اور قابل قدر لڑکے ہو!!''

باپ ایک لمحے کے لیے خاموش ہو گیا۔ پھر کہنے لگا: ''مجھے تم سے پیار ہے!'' پھر اس نے اپنے بچے کو گلے لگا لیا۔

بچے کو بالکل معلوم نہیں ہو رہا تھا کہ وہ کیا کرے۔ اس نے بھی اپنے باپ کو گلے

لگا، لیکن پھر ایک جھٹکے سے باپ کو پرے کیا اور ایک طرف چلا گیا۔

بعد ازاں یہ نو عمر بچہ فوراً ہی وہ نقصان پورا کرنے کے لیے تیار ہو گیا جو اس کے ہاتھوں ہو چکا تھا۔ چند دن بعد وہ اپنے باپ سے یہی کہہ سکا: ''شکریہ ابا جان!''

اسی ''شکریہ ابا جان'' میں ہی باپ کے لیے سب کچھ پوشیدہ تھا۔

جلد ہی اس شخص کو معلوم ہو گیا کہ وہ اپنے بچوں کی اصلاح کے لیے ابھی تک صرف ایک اور ہی طریقہ یعنی ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' استعمال کر رہا ہے۔

پھر چند ہی ماہ میں اسے بہت اچھے نتائج حاصل ہونے لگے۔ ہر بچہ کوشش کر رہا تھا کہ زیادہ سے زیادہ بہتر رویے کا مظاہرہ کرے۔ حتیٰ کہ سب سے بڑا بچہ، جس کے لیے اس نے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا استعمال سب سے زیادہ کیا تھا، وہ بھی اب بہت ہی بہتر رویے کا اظہار کر رہا تھا۔

اب تمام بچے، واقعی، اپنی شخصیت اور ذات کے متعلق بہت بہتر محسوس کرنے لگے تھے۔

اب یہ گھرانہ، ایک حقیقی گھرانے کے مانند خوشی محسوس کر رہا تھا۔ اس باپ کی خواہش تھی کہ جب اس کی بیوی زندہ تھی تو اسے اس وقت ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے متعلق معلوم ہو جاتا۔ پھر وہ سب مل کر زندگی سے کہیں زیادہ لطف اندوز ہوتے۔

لیکن اگر ''سپر مارکیٹ کا یہ واقعہ'' پیش نہ آتا تو حالات بہت اچھے جا رہے ہوتے!

باب:5

فوری تعریف وستائش

یہ شخص اپنے بچوں کے ساتھ سودا سلف کی خریداری کے لیے ''سپر مارکیٹ'' گیا تھا۔ اس کی سب سے چھوٹی بیٹی بچہ گاڑی میں بیٹھی ہوئی تھی۔ اچانک اس نے منہ بسور کر رونا شروع کر دیا اور اپنے باپ سے کہنے لگی کہ تمام چیزیں اس کی گود میں ڈھیر کر دی جائیں، پھر اس نے ہاتھ مار مار کر اپنے اردگرد کی چیزوں کو بھی گرانا بھی شروع کر دیا اور اٹھا کر اپنی گود میں ڈالنی شروع کر دیں۔ اب وہ مزید زور زور سے رو رہی تھی۔

جب باپ اس طرح کسی بچے کی رونے کی آواز سنتا تو اس کو یہ آواز ایسے معلوم ہوتی جیسے کوئی شخص اپنے ناخنوں سے تختہ سیاہ کھرچ رہا ہو۔ اس نے اپنے بچوں کو بھی یہی کچھ بتایا تھا۔

پھر جب باپ نے اپنی بیٹی پر نظر ڈالی جیسے کہہ رہا ہوں: ''چھوٹے بچے، تم نے یہاں آتے ہی سب کام خراب کر دیا ہے۔'' ننھی بچی مسکرائی، اس کے چہرے پر طنزیہ ہنسی نمودار ہو گئی جیسے کہہ رہی ہو، ابا جان مجھے بھی ڈانٹیں...... مجھے بھی سرزنش کریں!''

اب باپ سوچ رہا تھا: ''یہ تو کسی طرح قابو میں ہی نہیں آ رہی، وہ نہیں چاہتی کہ اس کی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی جائے۔''

پھر اس پریشان حال باپ نے اپنی ننھی بیٹی کی بچہ گاڑی کو دھکیلا اور اسے ایک

الگ جگہ لے گیا اور وہاں اس کی خوب ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی، کیونکہ اس کا رویہ اور طرزِ عمل بہت ہی ناقابل برداشت تھا۔

اب ایسا معلوم ہو رہا تھا کہ ننھی بچی اب کچھ بہتر محسوس کر رہی ہے۔ وہ پرسکون ہوگئی اور وہ اپنے باپ کے گلے لگ گئی۔ باقی تمام دن اس کا رویہ بہت اچھا رہا۔

لیکن اب باپ بہت ہی پریشان تھا اور سوچ رہا تھا ''مجھ سے کیا غلطی سرزد ہوگئی ہے؟''

پھر جب باپ سپر مارکیٹ سے واپس گھر کے لیے روانہ ہوا تو اس کی کار سودا سلف اور بچوں سے بھری ہوئی تھی۔ ان میں نمایاں سب سے زیادہ یہی ننھی بچی تھی۔

بہرحال، بچوں کا باپ گہری سوچ میں گم تھا۔ وہ سوچ رہا تھا: ''بچوں کی اصلاح کے لیے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش سے بھی ایک اچھا طریقہ ہونا چاہیے۔ یہ تو بہت بیزار کن طریقہ ہے اور اب تو مجھے اپنے بچوں کے ساتھ زندگی گزارنے کے لیے زیادہ بہتر طریقوں کے متعلق سوچنا چاہیے۔''

لیکن باپ نے یہ تسلیم کر لیا تھا کہ جب سے اس نے اپنے بچوں کی اصلاح کے لیے یہ تیز رفتار طریقہ اختیار کیا، وہ اب پہلے سے کہیں کم پریشان رہتا ہے، لیکن پھر بھی ابھی اس سے بھی بہتر طریقے کی ضرورت ہے تاکہ وہ ڈانٹ ڈپٹ کے بجائے اپنے پیار بھرے رویے کے ذریعے بچوں کی اصلاح کر سکے۔

باپ سوچ رہا تھا: ''میں چاہتا ہوں کہ میرے بچے بہت زیادہ تمیزدار اور شائستہ ہو جائیں اور وہ انفرادی طور پر ایک اچھے انسان بن جائیں۔ لیکن یہ سب کچھ کیسے ممکن ہے؟''

باپ گاڑی چلاتا رہا اور سوچتا رہا، اچانک اس کی نظر اپنے آگے جانے والی کار کے عقبی بمپر پر پڑی جس پر لکھا ہوا تھا:

کیا آپ نے آج اپنے بچے کو گلے لگایا ہے؟

باپ نے حیران ہو کر فوراً سوچا کہ ''نہیں ابھی تک تو نہیں .... لیکن اپنے بچوں کو ڈانٹنے ڈپٹنے اور سرزنش کرنے کے بعد ضرور گلے لگایا ہے۔''

پھر باپ کو معلوم ہوگیا کہ بچے اسے کیا بتانے کی کوشش کر رہے تھے۔ اس یہ بھی محسوس ہوگیا، کیوں کہ اس کا نوعمر بیٹا بعدازاں اس قدر پریشان تھا اور اب اسے یہ بھی معلوم ہوگیا کیوں اس کی ننھی بچی نے سپر مارکیٹ میں برے رویے اور طرزِ عمل کا مظاہرہ کیا تھا۔

اب باپ کو معلوم ہوگیا تھا: ''یہ ایک بہترین طریقہ تھا کہ میں اپنی مکمل توجہ پورے ایک منٹ کے لیے اپنے بچوں پر مرکوز کر دیتا، ایک ایسا یقینی طریقہ ہوتا کہ میں انہیں گلے لگا لیتا اور وہ میری زبان سے سنتے ''مجھے تم سے پیار ہے!''

اسی لمحے، باپ کو یہ بھی احساس ہوگیا کہ جب بچوں نے اچھا رویہ اپنایا تو اس نے کسی بھی ردِعمل کا اظہار کیا۔

کچھ بھی نہیں! قطعی نہیں!

کار میں بیٹھے ہوئے ایک بچہ اچھلنے کودنے لگا اور باپ اس کی طرف متوجہ ہوگیا۔

اس نے بچوں کی طرف دیکھا اور ہنسنے لگا۔

سب سے بڑی بیٹی نے کہا: ''ابا جان، اس میں ہنسنے کی کیا بات ہے؟''

باپ نے کہا: ''مجھے ابھی ابھی ایک لطیفہ یاد آیا ہے۔'' اس نے وعدہ کیا ''پیاری بیٹی، میں یہ لطیفہ پھر کسی وقت سناؤں گا۔'' اور اسے علم تھا کہ وہ یہ لطیفہ سناتا۔

اور باپ پھر اپنی سوچوں میں گم ہوگیا، ابتدا میں یہ شخص اپنے متعلق مدافعانہ رویہ رکھتا تھا، اس نے سوچا ''جب میرے بچوں نے کوئی غلط کام نہیں کیا تو پھر مجھے ان کے ساتھ برا طرزِ عمل اختیار نہیں کرنا چاہیے۔ وہ تو وہی کر رہے ہیں جو کچھ انہیں کرنا چاہیے تھا۔ جب میں بھی اچھا کام کرتا تھا تو میرے والدین بھی کچھ نہیں کرتے تھے۔''

تو پھر اس شخص نے بلاشبہ، ایک اچھا طریقہ ڈھونڈ لیا۔

اس نے یہ فیصلہ کرلیا یہ آخری دن ہوگا کہ بچے اس کی توجہ حاصل کرنے کے لیے برا رویہ اور طرز عمل اپنائیں، باپ بہت خوش تھا کہ اب ہفتہ واری تعطیل کا آغاز تھا۔ اس دوران اسے کچھ وقت مل جاتا کہ وہ اپنے بچوں کے لیے کوئی نیا اور مختلف انداز اور طریقہ اپناتا۔

جب تمام بچے گھر آ گئے تو اس نے دیکھا کہ اس کی دونوں بڑی بیٹیاں دالان میں کھیل رہی ہیں۔ پھر اسے معلوم ہوگیا کہ وہ کیا چاہتا ہے۔

جب اس نے کہنا شروع کیا، تو اس نے دونوں بچیوں کو چونکا دیا، وہ ان سے کہہ رہا تھا: ''نوجوان خواتین! ابھی میرے پاس آیئے!''

دونوں بیٹیوں نے ایک دوسرے کی طرف ایسے دیکھا کہ جیسے ایک دوسرے سے پوچھ رہی ہوں'' ہم نے کیا کیا ہے؟'' انہیں یہ احساس تک نہیں تھا کہ انہوں نے کوئی غلط کام کیا ہے۔

وہ دونوں ہچکچاتے ہوئے اپنے باپ کے پاس آئیں۔

گزشتہ چند لمحات سے بچے اپنے باپ کے مزید نزدیک ہوگئے تھے اور وہ اس کے ساتھ زیادہ پیار کرنے لگے تھے۔ لیکن ابھی ابھی وہ اپنے باپ سے خوف زدہ تھے۔

باپ نے کہا: تم نے جو ابھی بھی کام کیا، میں وہ دیکھ چکا ہوں۔'' اس نے اپنی بیٹیوں کی طرف دیکھا، انہیں چھوا اور کہنے لگا: ''میں نے دیکھا کہ تم ایک دوسرے کی چیزوں کے ساتھ کھیل رہی تھیں۔''

دونوں بچیاں ایک دوسرے کی طرف دیکھ کر مسکرا دیں۔

پھر باپ بھی مسکرایا اور کہنے لگا: ''میں تمہیں بتانا چاہتا ہوں کہ میں کس قدر خوش ہوں۔ مجھے یہ معلوم کر کے بہت خوشی ہوئی کہ میری یہ بچیاں ایک دوسرے کے لیے کس قدر

زیادہ فیاض ہیں، میں واقعی بہت خوش ہوں کہ تم دونوں ہمارے گھر میں رہتی ہو!''

باپ نے ایک ایک کر کے دونوں بیٹیوں کو اپنی آغوش میں لیا اور کہا: ''مجھے تم سے پیار ہے!''

بچے اپنے باپ کو دیکھتے ہی رہ گئے۔ جب باپ نے کچھ نہیں کہا تو وہ مڑے اور چلنے لگے انہیں سمجھ میں نہیں آ رہی تھی کہ وہ اب کیا کریں، لیکن وہ مسکرا رہے تھے اور انہیں یہ سب کچھ بہت اچھا محسوس ہو رہا تھا۔

بچوں کو ابھی بھی حالات کا کچھ اندازہ نہیں تھا لیکن باپ نے کار چلاتے ہوئے ایک فیصلہ کرلیا تھا۔ وہ یہ چاہ رہا تھا کہ جب بچے کوئی اچھا کام کریں تو پھر وہ انہیں اپنی نظروں کے ذریعے دیکھ لے۔ اور جب باپ نے یہ فیصلہ کرلیا، تو پھر اس کا فیصلہ یہ تھا: ''فوری تعریف وستائش۔'' یہ ایک ایسا تحفہ تھا جو وہ اپنے بچوں کو اکثر دینا چاہ رہا تھا۔

جب باپ نے اپنی چھوٹی بیٹی کا ردعمل تو وہ مسکرایا دیا۔ وہ خوش تھا کہ اس نے اپنے فیصلے پر اس قدر جلد عمل کرلیا ہے۔ وہ سوچنے لگا: ''اگر وہ خوش ہوئے تو مجھے اپنے بڑے بیٹے کا ردعمل فوراً ہی معلوم ہو جائے گا۔''

باپ کو یہ تسلیم کرنا ہی پڑا تھا کہ اگرچہ اسے اپنے بڑے بیٹے کے کچھ رویے پسند نہیں ہیں، اسے یہ بھی علم تھا کہ چونکہ میں سے اسے نظرانداز کیا، اس لیے اس کے اندر یہ رویہ اور طرز عمل پیدا ہوگیا۔

اب یہ شخص اپنے گزشتہ رویے اور طرز عمل کے باعث اپنے بچوں سے مستقل طور پر معافی طلب کرنا نہیں چاہتا تھا اور نہ ہی وہ اپنے بیٹے کے رویے کی ذمہ داری قبول کرنا چاہتا تھا۔

درحقیقت، باپ نے اپنے بیٹے کو اس کے بہت زیادہ برے اور خراب رویے کے باعث بہت دفعہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی تھی۔

بہر حال، باپ کو علم تھا کہ اس کا بیٹا بنیادی طور پر اچھا انسان ہے۔

اس نے فیصلہ کیا کہ اگر وہ اپنے بیٹے کی جانب سے کوئی اچھا کام کرنے کا انتظار کرے، تو اسے بہت زیادہ دیر تک انتظار کرنا ہوگا۔

لہٰذا اس نے فیصلہ کیا کہ وہ دیکھے گا کہ اس کا نوعمر بیٹا کون سا کام تقریباً درست اور صحیح انجام دیتا ہے۔

اپنے بچوں کی طرف سے ایسا کوئی موقع فراہم کیے جانے کے لیے منتظر ہونے کے دوران وہ سوچنے لگا کہ وہ اپنے بچوں کے لیے کیا کر رہا ہے۔

میں اپنے بچوں کو یہ احساس دلانا چاہتا ہوں کہ وہ پہلے ہی اچھے رویے اور طرزِ عمل کے مالک ہیں۔ میں انہیں کوئی اچھا کام کرتے ہوئے دیکھتا ہوں۔

جب تک اس شخص کا نوعمر بیٹا کمرے میں داخل نہیں ہوا، اس وقت تک باپ اور بیٹے کے درمیان کچھ ایسی زیادہ گفتگو نہیں ہوئی تھی۔ ان کے درمیان صرف وہی بات چیت ہوئی تھی، جو ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے لہجہ میں ان کے درمیان ہوئی تھی۔

بیٹے نے نہایت یقینی لہجے میں کہا: ''کیا میں آپ کی کار لے سکتا ہوں؟''

''ابا جان'' اور ''براہ کرم'' کے الفاظ اس ناراض نوعمر بیٹے کے ذخیرہ الفاظ میں شامل نہیں تھے۔

''یقیناً'' بیٹے نے حیرت کے ساتھ یہ الفاظ سنے۔

باپ کو معلوم تھا کہ جو کچھ وہ کرنے والا ہے، کم از کم ابتدا میں تو اس پر اس کے بیٹے کو نہ تو یقین آئے گا اور نہ ہی وہ اس پر بھروسا کرے گا۔ لیکن اب اس شخص نے فیصلہ کر لیا تھا کہ اب آئندہ وہ اپنے بیٹے کے ساتھ سچ ہی بولے گا۔

باپ نے اپنے آپ کو یاد دلایا: ''بالآخر سچ کا ہی بول بالا ہوگا۔ صرف سچ ہی ایک

ایسی چیز ہے جس پر وہ یقین کرے گا۔''

پھر باپ اپنے بیٹے کے پاس گیا اور نہایت آہستگی سے اس کے کاندھے کو چھوا: ''کار کے لیے مجھ سے اجازت حاصل کرنے کا بہت شکریہ۔ تمہارا رویہ اور طرزِ عمل قابل تحسین ہے۔ بچے بغیر پوچھے اور اجازت حاصل کیے میری کار لے جاتے ہیں جس کے باعث مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ تم نے مجھ سے پوچھا اور اجازت طلب کی، لہٰذا تم بہت ہی اچھے انسان ہو!''

پہلے پہل تو بچے کی کچھ سمجھ میں نہ آیا کہ وہ کیا کہے، پھر ہچکچاتے ہوئے بولا، ''شکریہ!''

باپ مسکرایا! اس کا دایاں بازو محبت کے ساتھ سہلایا اور کہا: ''مجھے تم سے پیار ہے!''

پھر یہ شخص اپنی کرسی کی جانب چلا گیا۔ اپنے بچے کے ساتھ بات کرنے میں اس کا محض نصف منٹ صرف ہوا تھا۔

بچے نے کمرے سے باہر جاتے ہوئے اپنے کاندھے اٹھا کر باپ کی جانب دیکھا۔

دوسرے دن بھی باپ غیر اعلانیہ طور پر اپنے بچوں کے اچھے رویوں کی تعریف وستائش کرتا رہا۔ تب بچوں نے اپنے باپ کے رویے میں محسوس کی۔

وہ سب حیران تھے کہ یہ سب کیا ہو رہا ہے۔

رات کے کھانے کے بعد باپ نے اپنے سب بچوں کو اپنے پاس اکٹھے کیا اور کہا: ''میرا خیال ہے کہ تم حیران ہو رہے ہو کہ یہ سب کیا ہو رہا ہے؟''

سب سے چھوٹے بیٹے نے کہا: ''آپ ہی بہتر جانتے ہیں یہ سب کچھ کیا ہو رہا ہے!''

باپ نے کہا: ''میں تمہیں بتاتا ہوں۔''

یہ شخص اپنی سب سے بڑی بیٹی کی طرف مڑا اور کہنے لگا: ''میری پیاری بیٹی یاد کرو، کار میں بیٹھے ہوئے تم نے مجھ سے پوچھا تھا کہ میں کس بات پر ہنس رہا ہوں اور میں نے کہا تھا کہ یہ ایک لطیفہ اور مذاق ہے جو میں نے اپنے ساتھ کیا ہے؟''

یہ بچی بہت خوش ہوئی کہ اس کے باپ نے اس کی بات یاد رکھی ہے اور کہا: ''بالکل درست اور آپ نے بتانے کا وعدہ بھی کیا تھا!''

باپ کہنے لگا: ''بہت خوب! جب میں کار چلا رہا تھا کہ میں اپنے دل میں اعتراف کر رہا تھا کہ جب تم بُرا رویہ اپنانے ہو تو پھر میں تمہاری طرف متوجہ ہوتا ہوں، لیکن جب تمہارا رویہ اور طرز عمل اچھا ہوتا ہے تو میں تمہاری طرف متوجہ نہیں ہوتا۔''

پھر باپ مسکرایا اور کہنے لگا: ''اور جب میں یہ سب کچھ سوچ ہی رہا تھا کہ تم میں سے ایک بچے نے اپنے رویے اور طرز عمل کے ذریعے مجھے پریشان کرنا شروع کر دیا۔''

بچے کھسیانی ہنسی ہنسنے لگے۔ ان میں سے ایک بچے نے کھل کر قہقہہ لگایا۔

باپ کہنے لگا: ''بہت خوب، اس بات نے مجھے بھی ہنسا دیا کیونکہ یہ واقعہ اس صورت حال کی ایک بہت ہی اچھی مثال ہے جو ہمارے گھرانے میں موجود ہے، میں تم میں سے کسی کی طرف بھی توجہ نہیں دے پا رہا تھا۔ لہٰذا تم میں سے ایک شخص نے کیسا رویہ اور طرز عمل اختیار کیا؟''

ایک بچی نے اعتراف کیا: ''میں نے اپنے چھوٹے بھائی کے ساتھ بحث شروع کر دی۔''

باپ کہنے لگا: ''بعض اوقات جب تم اچھا رویہ اور طرز عمل اپناتے ہو اور میں تمہاری طرف متوجہ نہیں ہوتا تو تم کیسا محسوس کرتے ہو؟''

بیٹی نے کہا: ''یقیناً، آپ درست کہتے ہیں۔''

اب نوعمر بچے نے قدرے بلند آواز میں کیا تا کہ سب سن لیں! ''یہ تو وقت وقت کی بات ہے!''

باپ نے بچے کی جانب ایسے دیکھا کہ جیسے وہ اس کی بات پر ناراض ہے۔

بچے نے آہستگی سے کہا: ''مجھے بہت افسوس ہے، مجھے واقعی بہت افسوس ہے!''

سب لوگ بہت ہی لطف اندوز ہوئے۔ یہ پہلی اچھی بات تھی جو کہ بچے نے کبھی اپنے باپ سے کہی تھی۔ اس بچے میں اب تبدیل رونما ہو رہی تھی۔

باپ مسکرایا اور شکریے کے انداز میں اپنا سر ہلایا۔

پھر کہنے لگا: ''میرے بیٹے، سچ تو یہ کہ یہ وقت وقت کی بات ہے۔''

باپ نے اپنی بات پر زور دیتے ہوئے کہا'' مجھے اب یقین ہے کہ یہ وقت وقت کی بات ہے کہ میں نے اور تم نے ایک دوسرے کے ساتھ ایسا رویہ اور طرز عمل اپنا شروع کیا جس طرح واقعی ہمیں اپنانا چاہتے تھا۔ حقیقی زندگی میں اگر چہ یہ بات بہت ہی مشکل ہے کہ ایک ہی گھر میں تمام لوگ ایک دوسرے سے لڑے بغیر رہیں۔ اگر ہم ایک دوسرے کے اچھے رویے اور طرز عمل پر نظر رکھتے تو ہمارا رویہ ایک دوسرے کے ساتھ بہت ہی بہتر ہوتا۔''

کسی بچے نے بھی جواب نہ دیا لیکن سب اپنے باپ کی باتوں سے اتفاق کرتے نظر آتے تھے۔ باپ نے کہا: ''ہمارے اس رویے کے باعث ہماری زندگی بہت آسان ہو جاتی ہے۔ لہٰذا میں یہ کوشش کروں گا کہ تمہیں بتادوں کہ کب تمہارا رویہ اچھا ہے اور کب تمہارا رویہ برا ہے۔''

باپ نے مزید وضاحت کرتے ہوئے کہا: ''جب تمہارا رویہ اور طرز عمل مجھے پسند نہیں آئے گا تو میں تمہیں بتادوں گا۔''

ننھے بچے نے کہا: ''بالکل درست، ہمیں بتادیجئے!''

باپ سمیت سب بچے ہنسنے لگے۔ پھر باپ نے کہا: ''مجھے یہ اچھی طرح علم ہے

کہ کب تم برا رویہ اختیار کرتے ہو اور کب تم برا رویہ اپناتے ہو!''

چھوٹی بچی بولنے لگی: ''بالکل درست، آپ کو علم ہے اور آپ یہ سب کچھ سچ سچ بتا سکتے ہیں، یہ ہمارے لیے بہت مفید ہوگا۔''

یہ بچی اٹھی اور اپنے باپ کو گلے لگا لیا، اور کہنے لگی: ''ابا جان، مجھے آپ سے پیار ہے!'' سب بچے خاموش تھے لیکن سب کو کمرے کی فضا محبت آمیز معلوم ہو رہی تھی۔

پھر بالآخر، باپ نے یہ خاموشی توڑی: ''پیاری بیٹی، شکریہ! یہ تو بہت اچھی بات ہے۔ تمہیں معلوم ہے کہ میں تمہاری تعریف اور ستائش بھی کر سکتا ہوں۔ والدین بھی انسان ہوتے ہیں!'' بچوں نے ایسا کبھی نہیں سوچا تھا۔

پھر سب سے چھوٹا بچہ قدرے مسکرایا اور کہنے لگا: ''ابا جان! مجھے آپ کا یہ خیال بہت پسند آیا ہے کہ آپ ہماری فوری تعریف وستائش کر دیا کریں۔'' اس نے ایک لمحے کے لیے سوچا۔

یہ بچہ اپنے باپ کے پاس گیا، اپنا ننھا سا ہاتھ باپ کے بڑے سے کاندھے پر رکھا، اپنے باپ کی آنکھوں میں براہ راست دیکھا اور کہنے لگا: ''ابا جان! آپ ہمارے ساتھ زیادہ اچھے طریقے سے بات کرتے ہیں۔ درحقیقت آپ اب ہمیں ایک حقیقی انسان کی طرح سمجھتے ہیں۔ اور میں آپ کو بتانا چاہتا ہوں کہ میں کیسا محسوس کرتا ہوں۔ میں واقعی بہت اچھا محسوس کر رہا ہوں۔''

سب بچے ہنس پڑے...... حتیٰ کہ سب سے بڑا بیٹا بھی مسکرائے بغیر نہ رہ سکا۔

اب انہیں یہ معلوم ہو چکا تھا کہ فوری تعریف وستائش کیا ہے، اور وہ سب بہت ہی لطف اندوز ہوئے۔

پھر ننھا بچہ آہستگی سے کہنے لگا: ''ابا جان! مجھے بھی آپ سے بہت محبت ہے'' اس نے اپنے باپ کو بہت زور سے گلے لگا لیا۔

اب یہ شخص جذباتی ہو رہا تھا لیکن اس نے اپنی یہ کیفیت اپنے بچوں سے چھپالی۔

پھر جب اس کی حالت سنبھل گئی تو اس نے ہنستے ہوئے کہا: ''میرے بیٹے، بہت شکریہ، مجھے اسی کی ضرورت تھی۔''

باپ کو ابھی تک معلوم نہیں ہو سکا تھا کہ وہ اپنے بچوں کو اپنی دلی کیفیات سے کیسے آگاہ کرے، اور اسے یہ بھی علم تھا کہ اپنی کیفیات کے بارے وہ اپنے بچوں کے ساتھ بہتر گفتگو بھی نہیں کر سکتا، لیکن اب وہ گاہے بگاہے، اپنی اندرونی اور دلی کیفیات کا اپنے بچوں کے سامنے برملا اظہار کرنے کے قابل ہو گیا تھا، اور اب وہ اس معاملے میں بہت ہی موثر اور ماہر معلوم ہونے لگا تھا۔

اب بچوں پر واضح ہو چکا تھا کہ ان کا باپ ان کے ساتھ تعلقات بہتر بنانے کی کوشش کر رہا ہے اور اب وہ پہلے سے زیادہ اپنے باپ کو پسند کرنے لگے تھے۔

ان کا باپ اپنی جگہ بہت خوش تھا کہ اس نے اپنے بچوں کے اچھے رویوں پر نظر رکھنے اور انہیں فوری طور پر تعریف وستائش مہیا کرنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔

اس نے اپنے ذہن میں اس امر کا جائزہ لیا کہ انہیں ''ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا آخری نصف حصہ کس قدر پسند آیا۔ اب تک اس کی سمجھ میں جو کچھ آیا تھا، اور جو کچھ اس نے سیکھا تھا، اس نے ان سب معلومات کو اپنے فائدے کی خاطر ایک خلاصے کی شکل دے دی۔

❀

باب:6

فوری تعریف وستائش: خلاصہ

فوری تعریف وستائش اس وقت بہت ہی مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے، جب

-1 میں اپنے بچوں کو پہلے ہی بتا دیتا ہوں کہ جب وہ کوئی کام ایسا کریں گے جو مجھے اچھا معلوم ہوگا تو میں ان کی فوری طور پر تعریف وستائش کروں گا۔ اور میں ان سے یہ بھی کہتا ہوں کہ وہ میرے متعلق بھی یہی رویہ اختیار کریں۔

-2 میرے بچے کوئی اچھا کام کرتے ہیں، تو میں ان پر نظر رکھتا ہوں۔

-3 میں اپنے بچوں کو واضح طور پر بتا دیتا ہوں کہ انہوں نے کیا رویہ اختیار کیا۔

-4 پھر میں اپنے بچوں کو بتاتا ہوں کہ ان کے اچھے رویے کے باعث میں کس قدر خوش ہوتا ہوں۔

-5 میں چند ثانیوں کے لیے بات نہیں کرتا۔ اس خاموشی کے باعث، وہ خود اپنے لیے اچھی کیفیات محسوس کرتے ہیں۔

-6 میں انہیں بتا دیتا ہوں کہ میں ان سے پیار کرتا ہوں۔

-7 میں ان کی تعریف وستائش کے اختتام پر انہیں اپنے گلے لگا لیتا ہوں...... یا پھر کم از کم انہیں اپنے محبت آمیز لمس سے نوازتا ہوں۔

-8 تعریف وستائش کا عمل مختصر اور خوشگوار ہوتا ہے، جب یہ ختم ہو جاتا ہے تو میں اسے دہراتا نہیں ہوں۔

-9 مجھے معلوم ہے کہ اپنے بچوں کی تعریف وستائش میں محض ایک منٹ صرف ہوتا ہے لیکن اس کے باعث ان میں پیدا ہونے والی اچھی کیفیات کے اثرات زندگی بھر کے لیے برقرار رہ سکتے ہیں۔

-10 مجھے معلوم ہے کہ میں جو کچھ کر رہا ہوں، وہ میرے بچوں اور میرے لیے بہت اچھا ہے، میں اپنے متعلق واقعی بہت اچھی کیفیت محسوس کرتا ہوں۔

❋

باب:7

فوری اہداف

جوں جوں مہینے گزرتے چلے گئے، ''بچوں کی اصلاح کے لیے باپ کی طرف سے اٹھائے جانے والے اقدامات'' کے باعث بچے بھی اپنے باپ کو اچھا اور شفیق کہہ کر پکارنے لگے اور وہ اپنے بچوں کی ان کے اچھے رویوں کے باعث تعریف وستائش کرنے لگا۔

اب بچوں کو ایسا محسوس ہوا کہ وہ ایک ''دوسرے'' باپ سے لطف اندوز ہو رہے ہیں اور انہوں نے خود کو پہلے سے کہیں زیادہ اہم اور اچھا سمجھنا شروع کیا۔

ان کا باپ اس ضمن میں بہت خوش تھا کہ اس کے بچے اپنے برے رویوں کے باعث ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش بھی وصول کر رہے ہیں اور اپنے اچھے رویوں کے باعث تعریف وستائش بھی وصول کر رہے ہیں۔ اس گھرانے میں، باپ سمیت، ہر شخص بہت بہتر محسوس کر رہا تھا کیونکہ ان کے درمیان رابطہ اور تعلق زیادہ بہتر طور پر قائم ہو گیا تھا۔ اب یہ گھرانہ خوشی کی بہار سے مہک رہا تھا۔

ایک شام، باپ اپنے کمرے میں آرام کرسی پر بیٹھا ہوا تھا اور کسی سوچ میں گم تھا۔ تھوڑی دیر پہلے اس نے اپنے چھوٹے بچوں میں سے ایک بچے کو سکول کا کام کرتے ہوئے دیکھا تھا۔ اس امر نے اسے سوچنے پر مجبور کر دیا...... کہ لوگ کیسے سوچتے ہیں۔

اس کامیاب شخص کو اپنے تجربے کے ذریعے یہ معلوم ہو گیا تھا کہ جب لوگوں سے زیادہ سے زیادہ تعلق قائم کیا جائے تو لوگ بہت بہتر رویے کا اظہار کرتے ہیں۔ لیکن وہ حیران تھا کہ اس کے اپنے بچے اپنی زندگیوں کے معاملات خود نمٹانے کے ضمن میں زیادہ سے زیادہ بذات خود کوشش کیسے کر سکتے ہیں اور اپنے معاملات زندگی خود کیسے سنبھال سکتے ہیں؟

کیا باپ کو علم تھا کہ وہ اس مسئلے کا حل ڈھونڈ سکتا تھا...... اس طرح زندگی زیادہ آسان ہو جاتی...... بچوں کی زندگیاں بھی اچھی ہو جاتیں اور اس کی اپنی زندگی بھی اچھی ہو جاتی۔

پھر اسے ایک ''بنیادی'' چیز یاد آئی۔

اہداف کے ذریعے رویوں کا آغاز ہوتا ہے جبکہ نتائج ان رویوں کو برقرار رکھتے ہیں۔

باپ نے یہ محسوس کیا کہ اس نے اپنے بچوں کے رویوں کے نتائج پر بہت زیادہ زور دیا ہے۔

لیکن جب باپ نے ان کامیاب ترین اور خوش ترین افراد کے بارے سوچا جنہیں وہ جانتا تھا تو اسے افراد میں ایک چیز مشترک نظر آئی، یعنی...... اہداف!

یہ لوگ جانتے تھے کہ ان کا مقصد حیات کیا ہے۔

اس نے اپنے ذہن میں یہ امر دوبارہ تازہ کیا کہ کامیاب ہونے والے اکثر لوگوں کے سامنے یہ واضح مقصد موجود ہوتا ہے کہ وہ کس طرح کامیاب ہونا چاہتے ہیں، بہر حال، ان کے نزدیک کامیابی...... محبت، دولت، ذہنی سکون وغیرہ وغیرہ ہے۔ انہیں حتمی اور واضح طور پر علم ہوتا ہے کہ بالآخر، ان کا ہدف اور مقصد کیا ہے۔''

مالی طور پر کامیاب شخص نے ''اہداف کے تعین'' کی قوت وطاقت کا مطالعہ کیا اور

وہ بخوبی طور پر جانتا کہ مقاصد حیات کے حصول کے ضمن میں ''اہداف کے تعین'' کی کیا اہمیت ہے لیکن اس نے ابھی تک اس اصول کا اطلاق اپنی گھریلو زندگی پر نہیں کیا۔

اعلیٰ درجے کے کامیاب افراد نے بھی اپنے اہداف و مقاصد متعین کیے ہوتے ہیں، لیکن یہ مقاصد و اہداف نہ تو تحریر شدہ ہوتے ہیں اور نہ ہی مخصوص ہوتے ہیں۔

یہ حقیقت ہے کہ لوگوں کی اکثریت اپنے مقاصد و اہداف کے ضمن میں واضح نظریہ اور رویہ نہیں رکھتی لہٰذا وہ اپنی زندگی میں اپنی مطلوبہ خوشیوں سے کہیں کم شرح سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔

ان حقائق کا جائزہ لیتے اور ان پر غور کرتے ہوئے، باپ کو ''پیریٹو کا قانون'' Pareto 's Law یاد آیا۔ سولہویں صدی کے اس معیشت دان نے دریافت کیا کہ اٹلی میں بیس سے چند فیصد زیادہ افراد کے پاس اسی فیصد دولت موجود ہے اور پھر اس نے دوسری اقوام کا بھی جائزہ لیا۔ اسے ہر قوم میں، معاشی، سیاسی یا معاشرتی ڈھانچے کے قطع نظر، دولت کی تقسیم کی یہی شرح نظر آئی۔

باپ ابھی بھی انہی سوچوں میں گم تھا: ''آج بھی یہی صورت حال موجود ہے۔ زندگی میں زیادہ تر آسائشات چند لوگوں کے پاس ہوتی ہیں، مثلاً جذباتی یا طبعی، محبت، اور اچھے دوست، مالی تحفظ وغیرہ حالانکہ یہ صورت حال صدیوں سے جاری ہے لیکن یہ نہایت ناانصافی ہے کہ ایک شخص خوشحالی کی چاروں اکائیاں حاصل کرے جب کہ چار افراد خوشحالی کی ایک اکائی پر اکتفا کریں۔''

باپ انہی سوچوں میں گم تھا کہ اس کی ایک بیٹی کمرے میں داخل ہوئی اور باپ سے پوچھنے لگی: ''ابا جان، کیا آپ ''انگریزی'' میں میری مدد کر سکتے ہیں۔ یہ لڑکی ریاضی اور سائنس میں بہت اچھی تھی لیکن عمرانیات میں کمزور تھی۔ دو ماہ پہلے اس نے اپنی یہ حالت چھپانے کی کوشش کی تھی، لیکن اب وہ پر اعتماد ہوتی جا رہی تھی، وہ بہت اچھی کوشش کر رہی

تھی۔

پھر باپ نے اپنی بیٹی کو انگریزی سکھانے کے ضمن میں بہت سا وقت صرف کیا اور اسے بتایا کہ وہ اس مضمون میں ماہر کیسے ہو سکتی ہے۔

جب بیٹی چلی گئی تو باپ سوچنے لگا ''ہم اپنی زندگی کے کچھ شعبوں میں اچھے ہیں اور کچھ میں کمزور ہیں۔''

باپ کو یہ بھی معلوم تھا کہ اس کا اپنا معاملہ یہ ہے کہ گھریلو زندگی کی نسبت، اس کی پیشہ وارانہ زندگی زیادہ اچھی ہے لیکن اب وہ اس صورت حال میں تبدیلی لا رہا تھا۔ وہ مزید سوچنے لگا کہ وہ اب اپنے بچوں کے لیے کیا چاہتا ہے۔

اسے یہ بھی معلوم تھا کہ اس کے بچے مکمل طور پر شائستہ اور مہذب رویہ نہیں اپنا سکتے۔ اکثر بچے، ''شائستہ اور مہذب'' رویہ اپنانے کے نام پر اپنے اندر موجود جوہر اور صلاحیتوں سے محروم ہو جاتے ہیں، اسے یہ بھی معلوم تھا کہ دنیا میں اکثر لوگ اپنے بچپن میں ''مشکل اور ناراض'' بچے ہوتے تھے۔

جوں جوں وہ اس معاملے کے متعلق سوچتا گیا، اس کا جوش و جذبہ مزید بڑھتا گیا۔ وہ سوچنے لگا کہ وہ اپنے سے کیا چاہتا ہے، وہ اپنے بچوں کی طرف سے کس طرح کا رویہ چاہتا ہے، بچے کس طرح کا ذویہ اپنائیں؟ میرا خیال ہے کہ میں یہ چاہتا ہوں کہ میرے بچے اس طرح کے انسان بنیں کہ جس طرح وہ اپنی زندگی میں بننا چاہتا ہے...... اور وہ اپنے متعلق اور اپنی زندگی کے بارے اپنی مرضی اور خواہش کے مطابق رویہ اپنائیں۔

بالآخر باپ نے یہ فیصلہ کر لیا: ''والدین کی طرف سے اپنے بچوں کے لیے سب سے عظیم تحفہ یہ ہے کہ وہ اپنے بچوں میں ''شائستہ اور مہذبانہ رویہ اور طرز عمل'' پیدا کریں، تا کہ وہ احساس و شعور سے ماورا ہو کر اپنے اور اپنی زندگی کے متعلق خود فیصلہ کر سکیں۔''

پھر باپ کو یہ احساس ہو گیا کہ وہ کیا کر رہا ہے، وہ اپنے آپ پر ہنسنے لگا: ''یہ میں

ہوں جو یہ فیصلہ کر رہا ہوں کہ میرے بچوں کے لیے کیا اچھا ہے، حالانکہ میرے بجائے انہیں یہ فیصلہ کرنا چاہیے کہ ان کے لیے کیا اچھا ہے۔“

باپ اپنی انہی سوچوں میں گم تھا کہ کمرے میں کوئی داخل ہوا۔ اس بار اس کی بڑی بیٹی اس سے پوچھ رہی تھی: ”ابا جان! کیا ہم اس ہفتہ واری تعطیل پر اپنے عم زادوں کو اپنے پاس بلا سکتے ہیں؟“

باپ سوچنے لگا کہ جمعے سے لے کر اتوار کی رات تک چار مزید بچے اس گھر میں ہوں گے۔ جب بیٹی نے یہ محسوس کیا کہ باپ اس معاملے میں قدرے ہچکچا رہا ہے تو وہ کہنے لگی: ”ابا جان، یہ ہم عم زادوں کے لیے بہت اچھا اور اہم ہوگا کہ ہم یہ وقت اکٹھا گزاریں۔“ یہ بچی جانتی تھی کہ باپ کی کون سی کمزوری سے فائدہ اٹھانا ہے۔ باپ اب مکمل طور پر، گھریلو زندگی کے احساس تلے مغلوب ہو چکا تھا۔

جب جمعے کی رات ہوئی تو باپ نے بھی مکمل تیاری کی ہوئی تھی۔ جیسے ہی بچوں کے عم زاد پہنچے اس نے تمام بچوں کو اکٹھے کمرہ طعام میں میز کے گرد بٹھا دیا اور انہیں بتایا کہ وہ ایک ایسی مختصر ملاقات/ اجلاس میں شرکت کریں گے جس کا موضوع ہے ”اہداف کا تعین۔“

باپ نے تمہید شروع کی: ”اس ہفتہ واری تعطیل پر ہم سب حقیقی طور پر لطف اندوز ہونا چاہتے ہیں، اور ہم میں سے کوئی بھی ایک دوسرے کی نگرانی نہیں کرے گا۔ اس ضمن میں میرے پاس ایک بہت ہی اچھی تجویز ہے۔ تم سب بچے اپنا اپنا قلم اور کاغذ لے آؤ۔“

جب بچے واپس آئے تو باپ نے ان سے پوچھا: ”جب تم اکٹھے ہو تو تمہاری خواہش کیا ہے؟“ سب بچے بیک وقت بولنے لگے۔ باپ نے انہیں خاموش کرایا اور کہا: ”اب میں چاہتا ہوں کہ تم اپنی اپنی وہ خواہش کاغذ پر تحریر کردو جو تم حاصل کرنا چاہتے ہو۔“

”سب بچے اپنی اپنی خواہش تحریر کرنے لگے۔ اس دوران باپ ان کے اردگرد چکر لگا رہا تھا کہ یہ معلوم کرسکے کہ بچے کیا لکھ رہے ہیں۔ باپ کو جلد ہی معلوم ہو گیا کہ ایک

سال کے عرصے کے دوران ان کی بہت تھوڑی خواہشات ہیں۔ مثلاً:

1- سیر سپاٹا اور تفریح کریں۔
2- ایک رات کو دیر تک جاگیں اور باتیں کریں
3- بسکٹ اور باپ کارن بنائیں
4- ایک فلم دیکھنے جائیں
5- ویڈیو دیکھیں
6- ایک رات گھر سے باہر سوئیں
7- بازار جا کر کباب اور تکے کھائیں

باپ کہنے لگا: ”اب ہم سب نے اپنے اپنے اہداف و مقاصد مقرر کر لیے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ سب لوگ ان اہداف پر متفق ہیں، لیکن میں اپنی بات کرتا ہوں۔ یہ تمام اہداف و مقاصد، مجھے بھی منظور ہیں سوائے ایک رات باہر سونے کے، اس کے باعث آپ کے ہمسائے واقعی پریشان ہو جائیں گے جب تم لوگ باتیں کرتے، چیختے چلاتے اور قہقہے لگاتے۔

ان میں سے ایک بچے نے پیشکش کی: ”اگر ہم باہر جا کر آہستہ آواز میں گفتگو کریں اور پھر سو جائیں، تو پھر کیا صورت حال ہوگی؟“

باپ نے جواب دیا: ”پھر ٹھیک ہے، لہٰذا یہ خواہش اس طرح ہونی چاہیے کہ گھر سے باہر جا کر آہستہ آہستہ گفتگو کریں اور پھر سو جائیں۔ براہ کرم اسے تحریر کر لیا جائے۔“

بچوں نے یہ تبدیل شدہ خواہش دوبارہ تحریر کر لی۔ پھر ان میں سے ایک بچہ بولا: ”آپ نے کہا تھا کہ ہمارے ”چند، اہداف و مقاصد ہیں، دوسرے اہداف و مقاصد کیا ہیں؟“

باپ نے جواب میں پوچھا: ”اگر تم باپ ہوتے اور تمہارے گھر میں نو بچے

ہوتے تو تم پھر کیا کرتے؟''

اس سوال کے جواب میں بچے ایک دوسرے کا منہ دیکھنے لگے اور ان کے درمیان چند لمحات کے لیے خاموشی چھا گئی۔ پھر ان میں سے ایک بچہ بولا: ''جب کوئی فون کر رہا ہو تو تم خاموش ہو جاؤ!'' اس نے یہ فقرہ اپنے گھر میں ایک دفعہ سنا تھا۔

''بہت خوب، اسے بھی اسی کاغذ پر تحریر کر لو۔''

پھر بچوں نے مزید کئی مفید اہداف و مقاصد تحریر کیے: مثلاً

1- جب کوئی شخص فون کر رہا ہو تو خاموشی اختیار کریں۔
2- اپنا بستر بند کر کے رکھیں۔
3- اپنے آپ کو صاف ستھرا رکھیں۔
4- کوڑا کرکٹ، ٹوکری میں ڈالیں۔
5- پکانے کے برتن صاف کریں۔
6- کتابیں اور کاپیاں ترتیب سے رکھیں۔
7- مختلف اشیاء مل جل کر استعمال کریں۔
8- ایک دوسرے کے ساتھ لڑائی جھگڑا مت کریں۔

باپ نے کہا: ''مبارک ہو، تم نے بذات خود اپنے لیے ''فوری اہداف'' متعین کر لیے ہیں'' بہت سے بچوں نے بیک وقت پوچھا: ''یہ آپ کیا کہہ رہے ہیں؟''

باپ نے کہا: ''تم نے اپنے اہداف پر مشتمل وہ تصویر بنالی ہے جو تمہارے ذہن میں موجود ہے اور تم نے یہ کام بہت اچھی طرح انجام دیا ہے۔ تمہارے اہداف قابل حصول اور مخصوص ہیں!''

بچوں نے پوچھا: ''ان خواہشات کو آپ ''فوری اہداف'' کیوں کہتے ہیں؟

باپ نے جواب دیا: ''میں تمہیں بتاتا ہوں جو کچھ تم نے لکھا ہے، اسے پڑھو، پھر

ورق الٹ دو، میں تمہیں کچھ وقت دیتا ہوں!''

بچوں نے یہ اہداف پڑھنے میں کچھ وقت صرف کیا اور جب انہوں نے ورق الٹ دیے تو باپ نے ان سے کہا: ''یہ اہداف تم نے صرف ایک منٹ کے اندر ہی پڑھ لیے۔''

پھر ایک بچے نے پوچھا: ''کیا یہی وجہ ہے کہ آپ انہیں ''فوری اہداف'' کا نام دیتے ہیں؟

باپ نے بچوں کو اس بات سے اتفاق کیا اور انہیں کہا کہ وہ مندرجہ ذیل الفاظ ورق کی دوسری طرف تحریر کریں:

میں فوری طور پر نہایت مختصر وقت میں اپنے اہداف پر نظر ڈالتا ہوں
پھر میں اپنے رویے اور طرز عمل کا جائزہ لیتا ہوں، پھر میں دیکھتا ہوں
کہ کیا میرا رویہ اور طرز عمل، میرے اہداف کے مطابق ہے۔

ایک بچہ بولا: ''میں سمجھ گیا ہوں، آپ چاہتے کہ ہم نہایت مختصر وقت یعنی ایک منٹ کے اندر اپنے اہداف پر نظر ڈالیں اور دیکھیں کہ ہم وہی کچھ کر رہے ہیں جو در حقیقت ہمیں کرنا چاہیے'' باپ نے جواب دیا: ''بہت خوب، تم ٹھیک سمجھے!''

پھر بچے نے تصدیق کرتے ہوئے کہا: ''ہم جس قدر زیادہ اپنے اہداف کو اپنے ذہن میں بٹھالیں گے، ہم اسی قدر زیادہ ان کے حصول میں کامیاب ہو جائیں گے۔''

باپ نے کہا: ''بہر حال، ایک چیز مجھے درست کرنے دو۔ کیا میری یہ خواہش ہے کہ تم اپنی مرضی اور خواہش کے مطابق اہداف حاصل کرلو؟ کیا تم ایسا ہی کرتے ہو؟ کیا میں چاہتا ہوں کہ تم ایک منٹ صرف کر کے اپنے ان اہداف پر نظر ثانی کرلو؟ کیا تم کرتے ہو؟ تم یہ کام در حقیقت کس کے لیے انجام دے رہے ہو؟''

بچے ہنسنے اور کہنے لگے: ''اپنے لیے!''

باپ کا سب سے بڑا بیٹا بولا: ''میرا خیال ہے کہ اب ہمیں اپنا ایک اجلاس منعقد کرنا چاہیے اور فیصلہ کرنا چاہیے کہ ہم یہ کام خود میں کیسے تقسیم کر سکتے ہیں۔ ہم یہ کام کر سکتے ہیں۔''

انہوں نے جو کچھ فیصلہ کیا تھا، باپ اسے تحریری شکل میں کبھی نہیں دیکھ سکا، لیکن یہ تمام کام بہت اچھی طرح انجام پایا۔

پہلی رات جب ایک بیٹا اور اس کا عم زاد باہر سوئے تو ان کی گفتگو قدرے بلند آواز میں ہوئی، باپ نے انہیں بلایا اور الگ لے جا کر انہیں فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی۔ پھر انہوں نے اپنا طرز عمل ٹھیک کر لیا۔

ہفتے اور اتوار کی صبحوں کو باپ نے ان بچوں کو مختصر وقت کے لیے اکٹھا کیا تا کہ وہ مجموعی طور پر اپنے اہداف اور رویوں کا جائزہ لے سکیں۔ یہ بحث بہت ہی دلچسپ تھی۔

جب یہ لوگ ایک دوسرے کی ڈانٹ ڈپٹ کر رہے تھے اور ایک دوسرے کو شاباش دے رہے تھے، تو باپ بہت لطف اندوز ہو رہا تھا۔

اسے محسوس ہو گیا کہ اب جلدی ہی ان بچوں کے عم زاد انہیں ایک واضح پیغام دیں گے۔ اس ضمن میں باپ بہت خوش تھا کہ اس قسم کی گفتگو اور رابطہ، بہتر تعلقات کا باعث ہوتا ہے۔ ہفتہ واری تعطیل ختم ہو گئی۔ درحقیقت یہ ایام ایسے تھے جو کسی بھی گزشتہ تعطیل سے زیادہ لطف آمیز تھے، اور اس دوران، وقت بھی بہت اچھا گزر رہا تھا۔ جب بچوں کے عم زاد بار بار شکریہ ادا کرتے ہوئے رخصت ہونے لگے تو باپ نے انہیں شاباش دی۔

ان تعطیلات کے دوران، باپ نے ''فوری اہداف'' ''فوری تعریف و ستائش'' اور ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا بھرپور استعمال کیا تھا، اور یہ تمام امور مکمل طور پر کارگر اور مفید ثابت ہوئے۔

کامیاب ہفتہ واری تعطیل کے بعد باپ نے اپنے بچوں کا تعارف 'اپنے'

اہداف سے کروایا۔

''یاد رکھو کہ ہم مجموعی طور پر اپنے اہداف کا تعین کیسے کرتے ہیں؟'' یہ ہمارے ''اکٹھے'' اہداف تھے یعنی وہ اہدف جن پر گھرانے کے دو یا دو سے زائد افراد رضامند ہو جاتے ہیں۔ اب تم کس طرح ایک ایسی چیز کے متعلق سیکھتے جو صرف اور صرف محض ''اپنے'' فائدے کے لیے ہے۔''

بچوں نے جواب دیا: ''یہ تو بہت اچھی بات ہے!''

باپ نے کہا: ''تب پھر تمہیں چاہیے کہ اپنی وہ خواہش یا ہدف تحریر کر لو جس کے متعلق تمہارا خیال ہے کہ تم اس کے حصول کے لیے پہلے ہی سے کوشش کر رہے تھے۔ یہ بھی لکھ لو تم اپنا یہ مقصد کب حاصل کرنا پسند کرتے۔''

باپ نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہا: ''مثال کے طور پر میرا ایک مقصد یہ ہے کہ ''میری صحت اچھی ہو، میں عقلمندی سے خوراک استعمال کروں اور روزانہ تین میل دوڑ لگایا کروں۔''

اسی طرح بچوں نے بھی اپنے ذاتی اہداف و مقاصد کے متعلق جلد ہی فہرست تیار کر لی، جس میں یہ شامل تھا: ''میں ایک ہر دلعزیز قائد بن چکا ہوں۔ میں روزانہ دوڑ لگاتا ہوں۔''

''اپنے وجود اور شخصیت کے متعلق میرے احساسات بہت اچھے ہیں'' ''میں ہر روز کوئی نہ کوئی اچھا کام کرتا ہوں'' ''میں بہت باصلاحیت ہوں۔''

جب باپ نے دیکھا کہ اس کے بچوں نے اپنے اپنے خواب تحریر کر لیے ہیں تو اسے احساس ہو گیا کہ کس قدر جلد وہ اور اس کے بچے، ایک بہتر زندگی گزارنے کے ضمن میں سیکھ رہے ہیں۔ پھر اس نے یہ جائزہ لیا کہ وہ سب کیا کر رہے تھے۔

❀

باب:8

فوری اہداف: خلاصہ

ہمارے گھرانے کے لیے "فوری اہداف" اس وقت کارگر اور مفید ثابت ہوتے ہیں، جب:

1- ہم ایک گھرانے کے لحاظ سے (مجموعی اہداف) متعین کرتے ہیں اور انفرادی لحاظ سے "اپنے ذاتی" اہداف مقرر کرتے ہیں۔

2- ہم سب باہمی اتفاق اور رضامندی حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں تاکہ ہمیں یہ احساس ہو جائے کہ ہم وہی کچھ حاصل کر رہے ہیں جو ہم اپنے گھرانے سے چاہتے ہیں۔

3- ہم میں سے ہر ایک، ایک کاغذ پر کم از کم 250 الفاظ میں اپنے اہداف و مقاصد تحریر کرتا ہے اور ہم انہیں ایک منٹ سے ہی کم عرصے میں دوبارہ پڑھ لیتے ہیں۔

4- ہمارے اہداف و مقاصد مخصوص اور واضح ہوتے ہیں جن سے معلوم ہو جاتا ہے کہ ہم یہ مقاصد کب اور کیسے عملی شکل میں دیکھنا چاہتے ہیں۔

5- ہم میں اکثر افراد ان افراد کو اکثر بار بار پڑھتے رہتے ہیں تاکہ یہ اہداف و مقاصد ہماری ذہنی عادات اور ذہنی انداز فکر میں تبدیل ہو جائیں۔

6- میں اپنے وقت میں سے ایک منٹ نکال کر اکثر اپنے مقاصد و اہداف پر نظر

دوڑاتا ہوں۔ میں اپنے رویے اور طرز عمل پر نظر ڈالتا ہوں۔ میں یہ جائزہ لیتا ہوں کہ کیا میرا رویہ اور طرز عمل، میرے اہداف و مقاصد سے مطابق ہے۔

7- میں اپنے بچوں سے بھی کہتا ہوں کہ وہ بھی یہی عادت اپنائیں۔

8- ہفتے میں ایک دن، ہم سب اکٹھے ہو کر ان اہداف و مقاصد کا جائزہ لیتے ہیں۔

کچھ بچوں کے اپنے ذاتی اور نجی اہداف و مقاصد تھے۔ اور وہ ان کا ذکر کسی دوسرے سے نہیں کرنا چاہتے تھے۔ انہیں خدشہ تھا کہ کہیں دوسرے لوگ ان کے ان مقاصد کو ناقابل حصول نہ سمجھیں۔ باپ نے ان کے نجی اہداف و مقاصد کا تعین کرنے کے عمل کی تعریف کی۔

بہر حال، ان بچوں کے جو بھی مقاصد تھے، ہر بچہ محسوس کر رہا تھا کہ اب اس کے معمولات زندگی اس کی اپنی مرضی اور خواہشات کے مطابق انجام پا رہے ہیں۔ اب بچے بھی والدین کے علاوہ، اپنے اہم اہداف و مقاصد کا تعین کرنے پر قادر ہو گئے تھے۔

مزید براں اپنے روزمرہ معمولات زندگی کے تناظر میں بچے، اپنی ذمہ داریاں خود محسوس کرنے کے عادی ہو گئے تھے۔

اب یہ گھرانہ اپنے زندگی سے لطف اندوز ہو رہا تھا۔

باپ بہت خوش تھا۔ اسے اطمینان تھا کہ "فوری اہداف"، "فوری تعریف و ستائش" اور "فوری ڈانٹ ڈپٹ و سرزنش" پر مشتمل اس کا طریقہ کار" کامیاب اور مفید ثابت ہوا تھا، اور بچوں نے بھی یہ معمولات اپنی زندگی کا حصہ بنا لیتے تھے۔

اپنے بچوں کی اصلاح کے لیے فوری قدم اٹھانے والے باپ کے لیے گھریلو زندگی میں بہت ہی لطف آمیز اور پرسکون ہو گئی تھی، بچے بھی بہت خوش تھے اور ان کا رویہ اور طرز عمل قابل ستائش تھا۔

لیکن دنیا میں اس سے مختلف حالات بھی موجود تھے!

❁

باب:9

ایک مختلف (دوسرا) باپ

اسی شہر کے دوسری طرف، ایک مختلف (دوسرا) باپ بھی موجود تھا۔ وہ ابھی جوان ہی تھا اور اس کی بیوی بھی جوان تھی۔ وہ دونوں ابھی ایک ایسے طریقے کی تلاش میں تھے کہ اپنے بچوں کی پرورش کیسے کریں۔

ان دونوں میاں بیوی نے اس مسئلے پر باہم گفتگو کی اور انہوں نے ایک دوسرے سے اتفاق کر لیا کہ: ان کے دونوں بچے ان کے ہاتھ سے نکلے جا رہے تھے۔ ان کے دونوں بچے جن کی عمریں 09 سال اور 06 سال تھیں، نہ ان کی بات سنتے تھے اور نہ ہی وہ اپنے والدین کو کوئی اہمیت دیتے تھے۔ ان کی تعلیمی حالت بھی اچھی نہ تھی اور وہ اپنے ہمسایہ بچوں سے خواہ مخواہ لڑتے جھگڑتے رہتے۔

ان کی ماں اکثر انہیں یہی کہتی: ''ذرا ٹھہرو، تمہارا باپ آجائے، تمہیں اس سے معافی مانگنا ہوگی'' اور باپ اس صورت حال سے شدید مایوس ہو چکا تھا۔

بچے، اپنے باپ کے گھر آجانے سے گھبرا جاتے، لیکن انہیں یہ نہیں معلوم تھا کہ ان کا باپ آرام و سکون کی تلاش میں گھر آتا ہے اور یہ ایک ایسا قلعہ ہے جہاں وہ خود کو تمام پریشانیوں سے محفوظ سمجھتا ہے۔

باپ کی پیشہ وارانہ زندگی بہت ہی سخت تھی، اور وہ کام کے بعد گھر میں اس لیے

آتا کہ اسے سکون و اطمینان میسر آئے۔ لیکن اکثر گھر آنے پر اس کا ان الفاظ کے ساتھ استقبال ہوتا ''میری جان! میں تمہیں پریشان نہیں کرنا چاہتی لیکن کیا تمہیں علم ہے کہ بچوں نے آج کیا گل کھلائے؟ میں کہتی ہوں کہ تم ان کے لیے کچھ کرو۔ میں اکیلی انہیں سنبھال نہیں سکتی۔''

اس نوجوان جوڑے کو علم تھا کہ وہ نہیں چاہتے کہ ان کے بچے بھی قرب و جوار میں رہنے والے بچوں کے مانند بدتمیز، بے ادب، اور اکھڑ بن جائیں جو اپنے والدین کے علاوہ ہر ایک کے ساتھ برا رویہ اور طرزِ عمل اختیار کرتے تھے۔

پھر ایک دن باپ نے اپنے بچوں کی پٹائی کی، لیکن جب یہ طریقہ کارگر اور مفید ثابت نہ ہوا تو اس نے اپنے بچوں کی مزید پٹائی کی، لیکن باپ کو اپنا یہ فعل کچھ اچھا محسوس نہیں ہو رہا تھا۔

اس موقع پر اسے ایک ایسا لطیفہ یاد آیا جو ایک شخص کے متعلق تھا جس نے اپنے بیٹے کو ان الفاظ کے ذریعے ڈرایا: ''اگر تم نے اپنے چھوٹے بھائی کو دوبارہ مارا تو میں تمہاری شدید پٹائی کروں گا.....''

جب یہ نوجوان میاں بیوی اپنے گرد و نواح میں نظر دوڑاتے تو وہ مزید مایوس ہو جاتے.....انہیں معلوم ہوتا کہ بہت سے دیگر والدین بھی اسی کشتی کے سوار ہیں جو ڈوبتی جا رہی ہے۔ وہ بہت پریشان اور مضطرب تھے کہ وہ اپنے بچوں کو کس قدر من مانی کرنے دیں یا ان پر کسی قدر پابندیاں لگائیں۔

انہیں کبھی کسی نے یہ نہیں بتایا تھا کہ والدین کا کردار کیسے نبھایا جاتا ہے۔ سچ اور حقیقت تو یہ تھی کہ انہوں نے بچوں کی پرورش کے متعلق کبھی سوچا بھی نہ تھا۔ بہر حال، انہیں یہ ضرور معلوم تھا کہ انہیں سب کچھ سیکھنے کی ضرورت ہے۔

ایک دفعہ اس نوجوان شخص نے اپنے ہمسایوں کے سامنے اپنی مایوسی کا اظہار کیا۔

دوسرے افراد بھی اس کے ہم خیال تھے۔ ان میں سے بہت سے موقعوں پر لوگوں نے یوں اظہار کیا: ''اب حالات ایسے نہیں رہے، حالات اس قدر تیزی کے ساتھ تبدیل ہو رہے ہیں کہ جب ہم اصول وقوانین کے متعلق پڑھتے ہیں، یہ اصول وقوانین، ہم پر لاگو ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ کسے معلوم ہے کہ ہمارے بچے ہم سے کیا چاہتے ہیں؟''

یہ نوجوان شخص، دوسرے افراد کے احساسات سے مکمل طور پر واقف ہو چکا تھا۔ ایک لحاظ سے اسے یہ اطمینان تھا کہ وہ اکیلا اس مسئلے کا شکار نہیں ہے۔

اس نوجوان باپ کے مسائل مزید بگڑتے گئے۔ جس کے باعث اس کی بیوی بھی اس کے ساتھ الجھنے لگی اور ان کی شادی شدہ زندگی بھی متاثر ہونے لگی۔

خراب اور پریشان کن گھریلو زندگی کے باعث اس کی پیشہ وارانہ زندگی بھی پریشان اور اضطراب کا شکار ہونے لگی۔

بالآخر، اس نے کسی پیشہ ور ماہر فرد سے مدد حاصل کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ اس ضمن میں اس نے ''خاندانی امور کے بارے مشیران''، ماہرین نفسیات، سماجی کارکنوں اور دیگر متعلقہ ماہرین سے مشورہ کیا۔ ان لوگوں نے اسے کئی مفید مشورے اور ٹوٹکے بتائے، لیکن وہ ابھی بھی مطمئن نہیں تھا۔

❀

باب:10

مشورہ، نصیحت، وضاحت

پھر ایک دن، اس نوجوان باپ کے ایک اچھے دوست نے اسے ایک ایسے شخص کے متعلق بتایا جو اس کے قریب ہی رہتا تھا۔ ایک طویل مشکل وقت گزارنے کے بعد یہ شخص بظاہر اپنے پانچ بچوں کی بہترین انداز میں پرورش کر رہا تھا۔

اس صورت حال کا سب سے بہترین اور شاندار حصہ یہ تھا کہ اس شخص نے والدین کا ایسا مفید اور موثر کردار اور طریقہ وضع کیا تھا جو نہایت آسان تھا اور اسے سیکھا بھی جا سکتا تھا۔ مزید برآں، یہ شخص، اپنا یہ طریقہ، دوسرے والدین کو بھی بتانے کے لیے تیار تھا۔ اس نوجوان شخص نے اسے فون کر کے اپنا تعارف کروایا۔

''سچ تو یہ ہے کہ میں بہت پریشان ہوں۔ جناب، آپ کی بہت مہربانی ہوگی اور میں واقعی آپ کا شکرگزار ہوں گا کہ آپ مجھے اپنے پاس آنے کی اجازت دیں تاکہ ''باپ کے کردار'' کے متعلق میں آپ سے گفتگو کر سکوں۔

بوڑھے شخص نے جواب دیا: ''یقیناً، تم ہفتے کی صبح کو ہی کیوں نہیں آ جاتے، مجھے تمہاری مدد کر کے خوشی ہوگی! لیکن اس ضمن میں میری ایک شرط ہے!!''

پھر یہ کامیاب باپ ہنسا اور کہنے لگا: ''فکر کرنے کی قطعی کوئی ضرورت نہیں۔ میں تمہیں یقین دلاتا ہوں کہ جو کچھ تمہیں میں بتاؤں گا، وہ اس قدر آسان اور سادہ ہے کہ لوگ

بمشکل یقین کرتے ہیں کہ یہ طریقہ واقعی کارگر اور مفید ہے! میرا مشورہ یہ ہے کہ جب تک تم اس طریقے کو چند ہفتوں کے لیے اپنے گھرانے میں آزما نہیں لیتے، اس کے متعلق تبصرہ کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔''

نوجوان باپ نے اپنی آمادگی ظاہر کر دی۔

ہفتے کی صبح، جب یہ نوجوان باپ اس شاندار اور متاثر کن گھر کے سامنے اپنی کار میں موجود تھا، تو وہ سوچ رہا تھا: ''یہ شخص تو بہت ہی کامیاب ہے، اور اس میں حیرانی کی کوئی بات بھی نہیں کہ وہ ایک اچھا باپ ہے۔ وہ مجھ سے زیادہ سمجھدار ہے وہ......''

نوجوان شخص سوچتے سوچتے رک گیا۔ وہ خود کو احساس کمتری میں مبتلا نہیں کرنا چاہتا تھا، جیسا کہ اکثر اس کا باپ اسی رویے کا عادی تھا۔ وہ اب تبدیلی کا خواہش مند تھا۔

بیرونی دروازے پر خاکستری بالوں والے ایک شخص نے اس کا استقبال کیا۔ یہ شخص جسمانی طور پر تندرست اور صحت مند معلوم ہوتا تھا اور اس کی چمکدار آنکھیں بتا رہی تھیں کہ وہ ایک خوشگوار زندگی گزار رہا ہے۔

بوڑھے شخص نے کہا: ''اندر آ جاؤ۔ مجھے خوشی ہے کہ تم مجھے ملنے کے لیے آئے!''

نوجوان شخص نے حیران ہوتے ہوئے کہا: ''آپ؟''

بوڑھے شخص نے جواب دیا: ''یقیناً میں ہی ہوں۔ سچی بات تو یہ ہے کہ مجھے یہ خوشی ہے کہ کوئی شخص اس حالت میں موجود ہے جس طرح میں کچھ عرصہ قبل پریشان تھا۔ اور میں بھی تمہاری طرح اپنی پریشانی دور کرنے کے لیے ہر قسم کی معلومات حاصل کرنے کا بہت شائق تھا تاکہ میرے حالات بہتر ہو جائیں...... یہ ابھی کل کی ہی بات ہے!''

''آپ! آپ بھی اسی صورت حال میں گرفتار تھے؟''

بوڑھا باپ مسکرایا اور کہنے لگا: ''مجھے دوسری چیزوں کے متعلق تو کافی زیادہ معلومات حاصل ہیں لیکن ''باپ کے کردار'' کے متعلق مجھے بہت تھوڑا علم ہے۔ جب کہ دل

راجر نے کہا: ''ہم سب بے خبر ہیں، ہمیں بہت سی چیزوں کے متعلق کچھ علم نہیں!''

نوجوان شخص نے اب اطمینان محسوس کیا۔

اس نے آہستہ آہستہ اپنے سب سے بڑے خدشے کا اظہار و اعتراف کیا: ''مجھے نہیں معلوم...... مجھے یہ خطرہ ہے کہ جو کچھ میں کروں گا، وہ صحیح ہوگا یا میرے بچوں کے لیے نقصان دہ ہوگا۔ بعض اوقات، میں سوچتا ہوں کہ آپ ایک اچھے باپ کے معیار پر بالکل پورا اترتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے قہقہہ لگایا، پھر اس نے مسکراتے ہوئے کہا: ''خوش قسمتی سے سچ، سچ ہی ہے۔ اپنی زندگی کے دیگر شعبوں کے مانند ایک باپ بھی غلطی کا مرتکب ہو سکتا ہے اور اس کے بچے بھی یہ حقیقت بخوبی طور پر جانتے ہیں۔''

نوجوان باپ کے جواب دیا: ''جب آپ سے غلطی سرزد ہو جاتی ہے تو پھر آپ کیا کرتے ہیں؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا ''میں اس غلطی کی تلافی کرنے کی کوشش کرتا ہوں، لیکن اس سے پہلے، میں اپنی یہ غلطی تسلیم کر لیتا ہوں، جب میں اپنی غلطی تسلیم کرنے کی ہمت اور حوصلہ رکھتا ہوں تو میرے بچے واقعی مجھ سے بہت خوش ہوتے ہیں۔ میرے کہنے سے مراد یہ ہے کہ وہ یہی رویہ اور طرز عمل میرے ساتھ بھی اپنا سکتے ہیں!'' اور پھر اگر یہ غلطی زیادہ خطرناک نہ ہو، اور اکثر میری غلطیاں خطرناک نہیں ہوتیں...... میں اپنے اوپر ہنستا ہوں۔''

حیرت میں ڈوبے ہوئے نوجوان شخص نے پوچھا: ''آپ غلطی کے متعلق ہنستے ہیں؟''

''بالکل درست، آپ بھی اپنی حماقتوں پر ہنسیں، اور بچوں کو بھی بتائیں کہ وہ بھی اپنی حماقتوں پر ہنسیں۔ جو شخص ایمانداری کے ساتھ اپنی غلطی فوری طور پر تسلیم کر لے، اور پھر اپنی حماقت اور بے وقوفی پر ہنسے تو وہ کبھی ذہنی اور جذباتی طور پر ٹوٹ پھوٹ اور انتشار کا شکار

نہیں ہوگا۔"

نوجوان نے اثبات میں اپنا سر ہلایا اور کہنے لگا: "یہ ایک ایسا طریقہ ہے جس کے ذریعے آپ اپنی زندگی میں سے بے شمار بے چینی اور پریشانی خارج کر سکتے ہیں۔"

بوڑھا باپ بولا: "اس بے چینی اور پریشانی سے نجات حاصل کرنے کا دوسرا طریقہ یہ بھی ہے کہ اپنی غلطی اور حماقت تسلیم کرنے کے سلسلے میں کسی "مناسب وقت" کا انتظار نہ کیا جائے بلکہ ایمانداری کے ساتھ فوراً ہی اپنی غلطی تسلیم کر لی جائے۔ جب آپ اپنی مرضی اور خواہش کے مطابق کوئی کام سرانجام دینا چاہتے ہیں تو اس کے لیے آپ کے پاس اس قدر وافر وقت موجود نہیں ہوتا کہ آپ مناسب وقت کا انتظار کریں، اسی طرح ایک کامیاب باپ بننے کے لیے بھی وقت کا انتظار نہ کریں بلکہ وقت کے موجود لمحات سے فائدہ اٹھائیں اور کامیاب باپ بننے کے لیے مناسب اقدامات اٹھائیں۔"

نوجوان باپ نے اپنی رضامندی ظاہر کرتے ہوئے اپنا سر ہلایا اور پوچھنے لگا: "تو پھر ہمیں سب سے پہلے کیا کرنا چاہیے؟"

کامیاب باپ نے جواب دیتے ہوئے کہا: "سب سے پہلے میں یہ کہوں گا کہ بچوں کی پرورش کے سلسلے میں میرے پاس تمام طریقے موجود نہیں ہیں۔ میں خوش قسمت ہوں کہ مجھے کچھ ایسی چھوٹی چھوٹی تراکیب معلوم ہیں جو میں، تم یا کوئی بھی دوسرا باپ سیکھ سکتا ہے، اور اپنے گھرانے میں بہت بڑی تبدیلی لا سکتا ہے۔ نیز تمام والدین، اپنے اپنے طریقے کے مطابق اپنے بچوں کی پرورش کر سکتے ہیں، بہرحال، یہ یہ نکتہ نظر میرے نزدیک بہت ہی مفید اور کارآمد ہے۔"

میں اپنے رویے اور طرز عمل کے ذریعے اپنے بچوں کو یہ بتا دیتا ہوں کہ جب وہ اپنی شخصیت کے متعلق ادراک حاصل کر لیتے ہیں تو میں بہت ہی خوش ہوتا ہوں۔

نوجوان شخص نے جواب دیا: "بہت خوب، بہت ہی شاندار!"

بوڑھے باپ نے کہنا شروع کیا: "بجائے اس کے کہ میں بچوں کی پرورش کرنے کے لیے تمہیں طریقے بتاؤں، میں کیوں نہ وہ تراکیب تمہیں بتادوں جو میں نے اختیار کیں، تاکہ تم ان پر اس طرح عمل کرو کہ تمہیں اور تمہارے گھرانے کے لیے بہترین نتائج برآمد ہوں۔"

نوجوان نے باپ نے کہا: "بہت خوب! میں سن رہا ہوں!"

بوڑھے باپ نے کہا: "اس سے قبل کہ میں تمہیں اپنا طریقہ بتاؤں، تمہیں یہ بات معلوم ہونا چاہیے جو میں نے ہمیشہ اختیار نہیں کی ہے!"

حیران و پریشان ملاقاتی نے پوچھا: "وہ کیا ہے؟"

بوڑھے باپ نے اپنے کاندھے اچکائے اور اعتراف کیا: "میں بھی دیگر والدین کے مانند ہوں، میں عام طور پر وہ کام نہیں کرتا جس کے متعلق مجھے علم ہے کہ یہ کام کرنا چاہیے لیکن جب میں کوئی کام کرتا ہوں، حالات بہت بہتر ہو جاتے ہیں۔ سب سے پہلے تو میں تمہیں یہ بتاتا ہوں کہ بحیثیت باپ اور والدین، میں زیادہ وقت صرف نہیں کرتا۔ میں صرف یہ امر یقینی بناتا ہوں کہ زندگی میں ذمہ داریوں اور خوشیوں کے درمیان توازن ہو، اور میں اپنے ہر بچے کے ساتھ زیادہ سے زیادہ وقت گزارنے کی بہت زیادہ کوشش کرتا ہوں۔"

ملاقاتی مسکرایا اور کہنے لگا: "مجھے یہ سن کر بہت خوشی ہوئی ہے۔ جب میں نے پہلی دفعہ سنا تو لوگ آپ کو "کامیاب باپ" کہتے ہیں، تو میں نے سمجھا کہ آپ اپنے بچوں کے ساتھ جلد بازی پر مبنی رویہ اور طرز عمل اختیار کرتے ہیں۔ لیکن درحقیقت، آپ اپنے بچوں کے ساتھ بہت کم وقت صرف کرتے ہیں۔"

بوڑھا باپ بھی مسکرایا اور کہنے لگا: "اس امکان کے بارے تمہارے خدشات درست ہیں۔ اس ضمن میں یہ اہم چیز گرہ میں باندھ لینی چاہیے۔"

''چونکہ میں نے اپنے بچوں کے ساتھ رابطے اور تعلق کے لیے تین حصوں پر مشتمل طریقہ کار سیکھا ہے، اور ان میں سے ہر طریقے پر ایک منٹ سے زیادہ وقت صرف نہیں ہوتا۔ اس طرح، ہر وہ منٹ جو میں اپنے بچوں کے ساتھ صرف کرتا ہوں، مفید و موثر ثابت ہوتا ہے۔ لیکن اس سے پہلے کہ میں تمہیں ان طریقوں کے متعلق بتاؤں، میں تمہیں یہ بتانا چاہتا ہوں کہ ہر بچے کے ساتھ یہ ایک منٹ اکیلا ہی صرف کرتا ہوں۔ اگرچہ یہ چند منٹ ہی کیوں نہ ہوں اور میں کبھی بھی ایک بچے کا دوسرے بچے کے ساتھ موازنہ اور مقابلہ نہیں کرتا۔ اور دوسرے یہ کہ میں مکمل طور پر ''حاضر'' رہتا ہوں۔ میں اس وقت اپنے سامنے موجود بیٹے یا بیٹی پر اپنی مکمل توجہ مرکوز کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔''

نوجوان باپ نے جواب دیا ''لہٰذا آپ موجود لمحے میں واقعی ''حاضر'' رہتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہا ''بالکل درست! جب میں اپنے گھر ہوتا ہوں تو میں صرف اپنی گھریلو زندگی کے متعلق سوچتا ہوں، جب میں اپنی ملازمت پر ہوتا ہوں میں صرف اپنے کام کے متعلق سوچتا ہوں۔ اس طرح میرا یہ رویہ میری زندگی کے دونوں پہلوؤں کے لیے مفید اور کارگر ثابت ہوتا ہے!''

ملاقاتی کہنے لگا: ''بالکل درست، میرے دوست نے مجھے بتایا تھا کہ آپ اپنی گھریلو زندگی کے علاوہ اپنی پیشہ وارانہ زندگی میں بھی بہت کامیاب ہیں۔ آپ تو یقیناً بہت بہتر محسوس کرتے ہوں گے!''

بوڑھے باپ نے بہت زیادہ فخر محسوس کرتے ہوئے کہا: ''یہی بات ہے، خاص طور پر اس لیے کہ میرے بچے بھی کامیابی کا یہی احساس اپنائے ہوئے ہیں۔ یہ ہم سب کے

لیے بہت آسان ہے کیونکہ میں نے یہ معلوم کرلیا ہے:''

بحیثیت باپ اور والدین میرے دو مقاصد ہیں، میرے رویے اور طرزِ عمل کے ذریعے خود کو پر اعتماد محسوس کریں اور اپنی زندگیوں میں نظم و ضبط پیدا کریں۔

''میں نے بہت مشکلات کے بعد یہ سیکھا ہے کہ جو لوگ اپنی ذات اور شخصیت کے ساتھ محبت کرتے ہیں، اپنی ذات اور شخصیت کی دیکھ بھال اور نگہداشت کرتے ہیں، یعنی جو خود اعتماد ہوتے ہیں، وہ اپنی شخصیت میں نظم و ضبط بھی پیدا کر لیتے ہیں جو بذات خود ان کے لیے بہتر ثابت ہوتا ہے اگر وہ اپنی شخصیت اور ذات کو بخوبی طور پر پسند کریں گے، وہ اپنی ذات اور شخصیت کی دیکھ بھال اور نگہداشت کرنا چاہیں گے، اور اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنی ذات اور شخصیت میں نظم و ضبط پیدا کیا جائے۔''

نوجوان نے باپ سے پوچھا: ''کیا ایسا ہی ہے۔ آپ مجھے وہ تین طریقے بتائیے جن میں سے ہر ایک پر صرف ایک منٹ صرف ہوتا ہے اور آپ اپنے بچوں کو اپنا پیغام دے دیتے ہیں؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''یہ وہ طریقے ہیں جن کے ذریعے وہ اپنے لیے زیادہ سے زیادہ مدد اور معاونت حاصل کرتے ہیں۔ درحقیقت، اب میرے بچے، مجھے اور باہمی طور پر ایک دوسرے کے ساتھ باہمی ربط اور تعلق پیدا کرنے کے لیے یہ تین طریقے استعمال کرتے ہیں۔''

پھر نوجوان باپ کی درخواست پر بوڑھے باپ نے ان تین طریقوں، یعنی ''فوری امداد''، ''فوری تعریف و ستائش'' اور ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کے متعلق

تفصیل کے ساتھ وضاحت کی۔"

نوجوان باپ نے یہ تمام تفصیل نہایت توجہ کے ساتھ سنی، لیکن کہنے لگا: "ممکن ہے کہ یہ طریقے موثر اور کارگر ثابت ہوں۔"

بوڑھے نے جواب دیا: "معلوم ہوتا ہے کہ تمہیں یقین نہیں آ رہا۔"

نوجوان باپ نے جواب دیا: "مجھے واقعی یقین نہیں ہے! اگر میں بخوبی طور پر یہ سمجھ لوں کہ یہ تینوں طریقے والدین کے لیے اس قدر مفید اور موثر ہیں تو شاید میں ان سے فائدہ اٹھا سکوں۔ اس کی کیا وجہ ہے کہ یہ تینوں طریقے یعنی فوری اہداف" "فوری تعریف و ستائش" اور "فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش" ایک ہی طرح کے ہیں اور ان کے ذریعے یکساں نتائج برآمد ہوتے ہیں؟"

باب: 11

"فوری اہداف" کیوں مفید اور کارگر ہیں؟

بوڑھے باپ نے کہا: "تم یہ معلوم کرنا چاہتے ہو کہ "فوری اہداف" کا طریقہ بچوں کے لیے کیوں اس قدر مفید اور کارگر ثابت ہوتا ہے۔ اس ضمن میں ہم پہلے یہ جائزہ لیتے ہیں کہ انسانی ذہن کیسے کام کرتا ہے۔ اکثر سائنسدان اس امر پر متفق ہیں کہ انسانی ذہن کے دو حصے ہوتے ہیں۔"

نوجوان باپ نے مداخلت کرتے ہوئے کہا: "شعوری اور تحت الشعوری ذہن...... وہ حصہ جو باخبر ہوتا ہے اور وہ حصہ جو بے خبر ہوتا ہے۔"

بوڑھے نے باپ نے کہا: "بالکل درست، انسانی ذہین کا زبردست اور طاقتور حصہ، تحت الشعوری ذہن ہوتا ہے۔ ممکن ہے کہ ہم اپنے تحت الشعوری ذہن سے واقف نہ ہو، لیکن جو کچھ ہم دیکھتے اور سنتے ہیں، وہ سب کچھ اس میں محفوظ ہوا جاتا ہے۔ ذہن کے اس حصے کے متعلق حیرت انگیز بات یہ ہے کہ اس میں سے کوئی چیز خارج نہیں ہوتی بلکہ ہر چیز اس میں جمع ہوتی رہتی ہے۔ یہ ذہن، ہمارے خیالات اور اعتقادات کی بنیاد ہے۔ جو چیز ہمارے تحت الشعور میں داخل ہوتی رہتی ہے۔ یہ ذہن ہمارے خیالات اور اعتقادات کی بنیاد ہے۔ جو چیز ہمارے تحت الشعور میں داخل ہو جاتی ہے، ہمارا اعتقاد بن جاتی ہے۔"

نوجوان باپ نے کہا: "اس طرح جیسے ایک بچے کی حیثیت سے ہمیں بتایا جاتا

ہے۔ ہمیں اس پر یقین ہو یا نہ ہو، ہمیں اسے تسلیم کرنا پڑتا ہے۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''یہی اصل بات ہے، تمہیں شاید علم ہو کہ جن بچوں کو یہ بتایا گیا کہ وہ احمق اور بے وقوف ہیں، وہ اپنے متعلق اس بات کو سچ مان لیتے ہیں۔''

نوجوان باپ کو اپنا بچپن یاد آ گیا، وہ کہنے لگا: ''اور پھر بچے اس طرح کا رویہ اور طرز عمل اپناتے ہیں کہ جیسے یہ سچ ہے۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''بالکل درست! اور جب بچے اس طرح کا رویہ اور طرز عمل اپناتے ہیں کہ جیسے یہ سب کچھ سچ ہے......''

نوجوان بات نے بات اچک لی: ''تو یہ باتیں سچ ثابت ہو جاتی ہیں۔''

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھی: ''اور یہی بات، وہ بنیاد ہے کہ کیوں ''فوری اہداف'' کا طریقہ اس قدر مفید اور کارگر ثابت ہوتا ہے...... کیونکہ یہ ایک ایسا آسان طریقہ ہے لوگ اپنی مرضی کے مطابق کوئی بھی چیز اپنے تحت الشعور میں بار بار داخل کرتے ہیں حتیٰ کہ وہ اس بات پر یقین کرنے لگتے ہیں۔ اور جیسا کہ ہم نے کہا، جب تم کسی بات پر یقین کر لیتے ہو تو تم اسے صحیح اور سچ سمجھ کر اس کے مطابق عملی قدم اٹھاتے ہو۔''

نوجوان نے باپ نے کہا: ''اگر یہ اہداف و مقاصد غیر حقیقی ہوں تو پھر کیا ہوگا۔''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''یہ اس نظام کا خوبصورت حصہ ہے۔ تحت الشعوری ذہن میں سے کوئی خیال یا اعتقاد خارج نہیں ہوتا۔ اس میں ہر چیز محفوظ ہو جاتی ہے، اسے یہ معلوم نہیں ہوتا کہ کون سی چیز صحیح ہے اور کون سی چیز غلط ہے۔ صرف شعوری ذہن یہ امتیاز کر سکتا ہے کہ کون سی چیز درست اور کون سی چیز غلط ہے۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''میں ابھی بھی آپ کی بات سمجھ میں نہیں پایا!''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''میں تمہیں یہ بات ایک مثال کے ذریعے سمجھاتا ہوں۔ فرض کرو کہ ایک کسان زمین میں بیج بو رہا ہے۔ یہ زرخیز زمین بہت حد تک

تحت الشعوری ذہن سے ملتی جلتی ہے۔

زمین کو اس سے کچھ غرض نہیں ہوتی کہ اس میں کس قسم کا بیج بویا جا رہا ہے۔ اس میں غذائیت بخش اجزاء، مکئی اور گندم یا پھر نقصان دہ اجزاء مثلاً پوست کا بیج بویا جا رہا ہے۔ جس قسم کا بیج زمین میں بویا جائے گا، زمین اسی قسم کی فصل پیدا کرے گی۔''

نوجوان باپ اب یہ نکتہ سمجھ چکا تھا۔ ''لہٰذا، اس طرح ہمارا تحت الشعوری ذہن بھی کام کرتا ہے!''

بوڑھے باپ نے کہا: ''بالکل درست! اب تم سمجھ گئے ہو کہ ''فوری اہداف'' کا طریقہ اس قدر مفید اور کارگر ہے۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''کیوں کہ آپ اپنے اہداف و مقاصد، ایک منٹ کے اندر ہی بار بار پڑھ سکتے ہیں جو ایک ایسا آسان طریقہ ہے جس کے ذریعے کوئی بھی چیز تحت الشعوری ذہن میں داخل کی جا سکتی ہے...... اور اس طرح آپ ان اہداف پر یقین کرنا شروع کر دیتے ہیں...... اور پھر بالآخر ان کے مطابق عملی قدم اٹھاتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''یہ ایک ایسی شاندار وضاحت اور تفصیل ہے کہ کیوں ''فوری اہداف'' ہمارے بچوں بلکہ ہمارے لیے بھی اس قدر مفید اور کارگر ہیں۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''کیا ہمیشہ ہی ایسا ہوتا ہے؟''

بوڑھے باپ نے مسکراتے ہوئے کہا: ''بالکل درست''، لیکن اب اپنی توجہ مندرجہ ذیل حقیقت کی طرف مبذول کر لو۔''

ہم جو کچھ سوچتے ہیں، وہی بن جاتے ہیں۔

نوجوان شخص نے کہا: ''یہ تو بہت ہی شاندار نظریہ ہے! میرا خیال ہے کہ میں اسے اپنے لیے استعمال کروں گا۔''

بوڑھے باپ نے مسکراتے ہوئے کہا: ''اگر تمہارا یہی خیال ہے کہ تو بہت ہی

اچھی بات ہے۔'' ملاقاتی پریشان نظر آنے لگا۔

بوڑھے باپ نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''حال ہی میں جو کچھ میں نے سیکھا ہے، یہ بات ان سب سے زیادہ اہم ہے۔ یاد کرو میں نے تم سے کہا تھا کہ کسی اور جگہ کے برعکس میں اپنے گھر میں اس قدر کامیاب نہیں ہوں۔ اس کی تم مجھے کوئی معقول وجہ بتا سکتے ہو؟''

نوجوان شخص قدرے پریشان ہوگیا۔ اس کی سمجھ میں کچھ نہیں آرہا تھا کہ کیا جواب دے۔ وہ حیرت زدہ تھا کہ بوڑھا شخص خود کو اس قدر کمزور سمجھتا ہے، پھر وہ کہنے لگا: ''میرا اندازہ ہے کہ آپ کی بات کا تعلق اس چیز سے ہے جس کے متعلق ہم گفتگو کررہے ہیں۔!''

''ہاں ایسا ہی ہے!''

نوجوان شخص نے اندازہ لگایا: ''آپ کی گھریلو زندگی محض اس وجہ سے اس قدر خوشگوار نہیں کیونکہ یہ آپ کے ہدف میں شامل نہیں۔''

بوڑھے باپ نے جواب میں کہا: ''حیرت انگیز طور پر ایسا ہی ہے، اور تمہارا اندازہ بالکل درست ہے۔ یہ معاملہ تو ویسے ہی میری زندگی میں پیش آگیا ہے۔''

نوجوان باپ، اپنے مخاطب کی کیفیات سے واقف تھا۔

بوڑھا باپ کہہ رہا تھا: ''میں نے اب یہ مسئلہ حل کردیا ہے۔ میں نے اپنے گھرانے کے اہداف واضح طور پر اپنے پاس لکھ رکھے ہیں، اور میں ان کا حوالہ بھی دوسرے لوگوں کے سامنے دیتا رہتا ہوں بلاشبہ، جس قدر زیادہ میں انہیں اپنی نظر میں رکھتا ہوں، ان کے حصول کی خواہش زیادہ سے زیادہ ہوتی جاتی ہے، میں اسے 'پاپ کارن کا اصول' کہتا ہوں۔''

نوجوان شخص نے وجہ پوچھی۔

بوڑھا باپ ہنسنے لگا: ''تم نے اس تجربے کے متعلق سنا ہوگا جو فلموں میں کیا گیا تھا، اور پھر اسے غیر قانونی قرار دے دیا گیا۔ انہوں نے مکھن لگے ہوئے پاپ کارن کی تصویر بنائی اور اس کے لیے نیچے لکھا کہ پاپ کارن خریدیں۔'' یہ تصویر اس قدر تیزی کے ساتھ سکرین پر آئی اور گئی کہ جیسے کسی نے دیکھا ہی نہیں۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''میں شرط لگانے کے لیے تیار ہوں کہ لوگوں کے تحت الشعوری ذہن نے اسے دیکھ لیا، کیا میں درست کہہ رہا ہوں؟

بوڑھے نے باپ کہا: ''تم نے بالکل درست اندازہ لگایا۔ یہ بھی اندازہ لگایا کہ اس کے بعد کیا ہوا؟

ملاقاتی نے کہا: ''انہوں نے بے شمار پاپ کارن فروخت کیے!''

بوڑھے باپ نے کہا: ''یہی تو اصل نکتہ ہے۔ تحت الشعوری ذہن کے ہمارے رویے اور طرز عمل پر مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ بدقسمتی سے، اس کا الٹ بھی درست اور صحیح ہے۔ مثال کے طور پر ایک دو ہفتے قبل میں اخبار میں کھیلوں کی خبریں پڑھ رہا تھا۔ گولف کا ایک کھلاڑی جو کھیل کے اختتام پر تین راونڈ سے آگے تھا، اس کا ایک مقولہ درج کیا گیا۔ اس نے کہا تھا: ''میں وہ کھلاڑی ہوں جو دوسرے کھلاڑیوں کو ڈرا دیتا ہوں۔''

جب اخباری نامہ نگار نے اس سے ان الفاظ کے معنی پوچھے تو اس نے کہا: ''میں بڑے بڑے کھلاڑیوں کو دہشت زدہ کردیتا ہوں۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''دوسرے الفاظ میں وہ خود کو ہمیشہ جیتا ہوا محسوس کرتا تھا۔ وہ سمجھتا تھا کہ وہ ایک ایسا کھلاڑی ہے جو سب سے بہترین ہے تاکہ دوسرے کھلاڑی اس سے مقابلہ کرتے ہوئے محتاط رہیں۔''

بوڑھے نے کہا: ''یقیناً، یہی بات ہے۔ پھر اگلے دن میں نے اخبار پڑھا۔ اب اندازہ لگایا کہ مقابلوں کے آخری روز اس نے کیسا کھیل کھیلا؟''

نوجوان شخص اپنا سر ادھر ادھر ہلانے لگا، اس کی سمجھ میں کچھ نہیں آ رہا تھا کہ کیا جواب دے۔''

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہا: ''اس نے بہت اچھے کھیل کا مظاہرہ کیا اور بہت بڑی رقم انعام میں حاصل کی۔ اس سے سبق یہ حاصل ہوتا ہے کہ اگر تم شکست کے متعلق سوچو گے تو تم کبھی نہیں جیت سکتے۔''

پھر بوڑھے باپ نے اپنی گھڑی کی طرف دیکھا: ''اب وقت ہو چکا ہے!''

نوجوان باپ نے استفسار کیا: ''کس بات کا وقت ہو چکا ہے''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''اس وقت ہمارے گھرانے کے اس اجلاس کا وقت ہو چکا جو ہر ہفتے صبح کے وقت منعقد ہوتا ہے اور ہم سب لوگ اس میں شریک ہوتے ہیں۔ میرے بچے تمہاری آمد کے مقصد سے واقف ہیں، اگر تم چاہو تو اس اجلاس میں شریک ہو سکتے ہو۔''

نوجوان باپ بہت ہی شوق کے ساتھ کمرہ طعام میں بچوں کے ساتھ بیٹھ گیا۔

اسے معلوم نہیں تھا کہ اس اجلاس میں کیا ہوگا۔

❀

باب:12

فوری تعریف وستائش'' کیوں مفید اور کارگر ہے؟

ملاقاتی یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ بچوں نے یہ اجلاس بہت اچھی طرح منعقد کیا۔

اس اجلاس کے موقع پر بچوں نے اپنے انفرادی اور مجموعی اہداف کا جائزہ لیا۔

ایک دوسرے کو شاباش دی اور ایک دوسرے کو سرزنش بھی کی۔ وہ نہایت شائستہ اور نفیس انداز میں ایک دوسرے کے ساتھ پیش آ رہے تھے اور ان کے درمیان ہنسی مذاق بھی جاری تھا۔ لیکن اس امر میں کوئی شبہ نہیں تھا کہ یہ پانچوں بچے اپنی زندگیوں کا بذات خود آغاز کر رہے تھے اور انہیں قدرے کامیابی بھی حاصل ہو رہی تھی۔

اجلاس کے اختتام پر بڑا بیٹا کہنے لگا: ''تمہیں علم ہے کہ ہمارا ایک مقصد یہ بھی ہے کہ ہم ایک دوسرے کا خیال رکھیں؟ میں نے اخبار میں پڑھا ہے کہ ہر سال پچاس ہزار بچے اغوا ہو جاتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ اگر اس بچے کی انگلیوں کے نشان موجود ہوں تو گم شدہ بچے کی تلاش میں آسانی ہو جاتی ہے کیوں نہ ہم اپنی چھوٹی بہن کی انگلیوں کے نشان محفوظ کر لیں؟''

تمام بچے بیک وقت بولے: ''کیسے؟''

''ہم صرف ''انک پیڈ'' اور ایک کارڈ لیں گے اور ہم یہ کام خود کر لیں گے۔ ہم یہ کارڈ اپنے گھر رکھیں گے۔''

ان میں سے ایک بچی نے اپنا ہاتھ، اپنے بھائی کے ہاتھ پر رکھا اور بولی: ''بڑے بھائی، تمہیں اپنی چھوٹی بہن کا واقعی بہت خیال ہے، اور تم نے بہت اچھی تجویز پیش کی ہے۔ مجھے بتاؤ کہ اس طریقے کے ذریعے مجھے کس قدر اطمینان حاصل ہوگا؟''

سب بچے مل کر واہ واہ اور شاباش کے نعرے لگانے لگے۔ لیکن انہیں اپنے ان الفاظ کے مطلب کے متعلق بھی علم تھا۔

ایک بچے نے کہا: ''ہم سب بچے یہ طریقہ اپنا لیتے ہیں!''

سب نے اس کی بات سے اتفاق کیا۔ اجلاس ختم ہو جانے کے بعد بچے اپنے منصوبے کو عملی جامہ پہنانے کی غرض سے سٹیشنری کی دکان سے سامان لینے چلے گئے۔

ملاقاتی نے کہا: ''بہت ہی شاندار اور حیرت انگیز!''

بوڑھے باپ نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''چند ماہ پہلے میں بھی اس اجلاس کو بہت ہی شاندار اور حیرت انگیز سمجھتا تھا، پھر یہ ہوا کہ میں نے اپنے بچوں پر نظر رکھنی شروع کر دی کہ وہ کون سا اچھا کام کرتے ہیں۔ تم یقین نہیں کر سکتے ہیں میرے اس رویے کے بعد ہر ایک بچے میں کس قدر اہم تبدیلی واقع ہوئی۔''

ملاقاتی کا اگلا سوال تھا: ''آپ کس طرح کہہ سکتے ہیں کہ فوری تعریف و ستائش مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''فوری تعریف و ستائش اس لیے مفید و کارگر ثابت ہوتی ہے کہ اس کے بعد انہیں جو آگہی حاصل ہوتی ہے، ان میں اعتماد اور حوصلہ پیدا ہوتا ہے جس کے باعث وہ اپنی ذات اور شخصیت کے متعلق احساس بہتری اور شعور خود قدری محسوس کرتے ہیں۔ پھر بعض اوقات میرے بچے اچھا رویہ اور طرز عمل اختیار کرتے ہیں، تو میں ان کی فوری تعریف و ستائش بھول بھی جاتا ہوں۔''

نوجوان باپ مسکرایا اور کہنے لگا: ''میں نے اس ضمن میں ایک بہت ہی اچھا

مزاحیہ خاکہ بھی دیکھا ہے، اس میں دکھایا گیا ہے کہ ایک بچہ ایک کونے میں کھڑا ہے اور اس کی آنکھوں میں آنسو ہیں اور وہ کہہ رہا ہے؟ جب میں نے ایک اچھا کام کیا ہے تو مجھے اچھی جگہ کیوں نہیں دی جاتی؟'' یہ سن کر بوڑھا باپ ہنسنے لگا۔

نوجوان باپ نے اپنی بات جاری رکھی: ''اب میری سمجھ میں بات آ رہی ہے جب میرے بچے کوئی اچھا کام کرتے ہیں تو میں پھر بھی انہیں انداز کر دیتا ہوں۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''مجھ پر یقین کرو، جب تم اچھا رویہ اپنانے پر اپنے بچوں کی تعریف و ستائش کرو گے تو ان میں خود اعتمادی پیدا ہوگی۔ اگر تم چاہتے ہو کہ تمہارے بچوں میں بہت جلد خود اعتمادی اور شعور خود قدری پیدا ہو تو ان کی تعریف و ستائش ان کے لیے بہترین ناشتا ثابت ہوتی ہے اور سب سے اہم اور بڑی آگہی یہ ہے کہ بچہ اپنی ذات اور شخصیت کا جائزہ لے سکتا ہے اور اپنے دل میں اپنی شخصیت اور ذات کے لیے محبت و پیار بھرے جذبات پیدا کر سکتا ہے۔''

بچوں کو اپنی ذات اور شخصیت کے حوالے سے کامیابی کا احساس دلانے کا سب سے بہترین طریقہ یہ ہے کہ انہیں یہ احساس ہو جائے کہ ان کی شخصیت پر اعتماد اور احساس برتری سے مالا مال ہے۔

بوڑھے باپ نے کہا: ''اس کی ایک بہترین مثال، ایک باپ کے متعلق وہ بالکل سچی کہانی ہے جو ایسے حالات اور ماحول پیدا کر دیتا ہے کہ اس کا چھوٹا بیٹا، قطع نظر اس کے کہ اس نے کیا کیا، خود کو کامیاب اور پر اعتماد سمجھتا ہے۔''

نوجوان باپ نے قہقہہ لگایا اور کہا: ''یہ تو ایسے محسوس ہوتا ہے کہ یہ لڑکا حقیقی طور پر کامیابی حاصل کر لے گا۔''

کامیاب باپ نے جواب دیا: ''بے شک!''

ملاقاتی نے کہا: ''باپ نے اپنا یہ مقصد کیسے حاصل کیا؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''اس نے اپنے بیٹے کو سکھایا کہ گیند کیسے پھینکا جاتا ہے، بہت سے دیگر باپ بھی اسی طرح اپنے بچوں کو گیند پھینکنا سکھاتے ہیں۔ لیکن اس نے یہ کام ذرا مختلف انداز میں سرانجام دیا۔ اس کے پاس ایک خودکار مشین تھی جس کے ذریعے دس گیند پھینکے جاتے تھے۔ پھر اس کے دوست حیران ہوتے جب اس کے باپ نے کئی اضافی گیندیں بھی اس مشین میں لگا دیں۔ اس نے یہ گیندیں گٹر کے آخر میں لگا دیں۔''

حیران و پریشان نوجوان باپ نے پوچھا: ''گٹر کے آخر میں، آپ نے کہا کہ گٹر کے آخر میں لگا دیں!''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''ہاں!'' بلاشبہ ہم دونوں کو یہ علم ہے کہ جب ہم نہایت ہی خراب طریقے کے ذریعے گیند پھینکتے ہیں تو یہ گٹر میں چلا جاتا ہے تو آپ کو صفر نمبر حاصل ہوتا ہے۔''

نوجوان باپ نے پوچھا: ''تو پھر اس نے ایسا کیوں کیا؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''میں یہ جواب تمہیں ایک سوال پوچھنے کے ذریعے دوں گا۔ یہ تو تمہیں معلوم ہے کہ لڑکا تو ابھی سیکھ رہا ہے اور اس کی عمر ابھی صرف چار سال ہے تو پھر یہ بچہ گیند کہاں پھینکے گا؟''

نوجوان مسکرایا: ''مجھے تو یہ خدشہ ہے کہ وہ یہ گیند گٹر میں پھینک دے گا۔''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''یقیناً، اور اکثر باپ اس طرح کے ''خدشے'' میں مبتلا ہوتے ہیں۔''

لیکن اس باپ کو قطعی غرض نہ تھی کہ گیند کہاں گیا۔ وہ ہمیشہ گیند کا رخ سامنے کی طرف رکھتا۔''

نوجوان باپ ہنسنے لگا: ''بہت ہی شاندار''۔

بوڑھے باپ نے کہا: ''کیا یہ صورت حال شاندار اور حیرت انگیز نہیں ہے، یہ بچہ

کہیں بھی گیند پھینکتا وہ ہر دفعہ جیت جاتا۔''

نوجوان باپ نے اپنی بات جاری رکھی: ''جب یہ بچہ بڑا ہوگا تو تمہارے خیال کے مطابق ''فاتح'' کے علاوہ کچھ اور ہو سکتا ہے؟''

نوجوان باپ نے کہا: ''ایک پیشہ ور گیند باز!''

اب یہ دونوں اشخاص نہایت خاموشی کے ساتھ بیٹھ کر سوچنے لگے کہ اس جیسا باپ کیسے بنا جا سکتا ہے۔ اب یہ دونوں باپ اپنے بچوں کے لیے بھی یہی کچھ کرنا چاہتے تھے۔

نوجوان باپ کہنے لگا: ''اس قصے کے ذریعے مجھے ایک اور باپ یاد آ جاتا ہے جس نے اپنے ننھے بیٹے کے لیے یہی کچھ کیا۔ اس نے اپنے بیٹے کو باسکٹ بال سکھانے کے لیے اپنے بچے کو بتایا کہ وہ کم از کم گیند ردی کی ٹوکری میں ڈالے۔ بچے نے یہی سکھ لیا۔ یہ تو بہت ہی مزیدار بات ہے لیکن میں نے اپنے بیٹے کے لیے ایسا کبھی نہیں سوچا ہے۔''

کامیاب باپ نے جواب دیا: ''بہر حال، میرا خیال ہے کہ تم بھی یہی کرو گے! اور جتنا زیادہ تم اپنے بچے کو سکھاؤ گے، اس قدر زیادہ بچے میں بہترین صلاحیتیں پیدا ہوں گی۔

نوجوان باپ نے پوچھا: ''یہی وجہ ہے کہ جب ہم بچے کے اچھے کاموں پر نظر رکھتے ہیں، تو اس میں موجود صلاحیتیں ظاہر ہو جاتی ہیں۔ ہم میں سے ہر ایک باپ اچھا رویہ اپنانے اور اچھا فیصلہ کرنے کی قوت وصلاحیت مالا مال ہے۔ آپ یہ کیسے کہہ سکتے ہیں کہ ہر بچے میں یہ موروثی ذہانت اور فراست موجود ہوتی ہے؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''تم اس چیز کا مشاہدہ روزمرہ معمولات زندگی میں سے کر سکتے ہو تم دیکھو کہ بچے اپنی زندگی کے لیے بسر کرتے ہیں۔ بالکل ہماری طرح، انہیں خود پر اعتماد ہوتا ہے اور اپنی صلاحیتوں پر یقین ہوتا ہے تو وہ بہترین کارکردگی کا مظاہرہ

کرتے ہیں۔اس ضمن میں ایک دلچسپ حصہ بھی بطور مثال موجود ہے کہ کس طرح بچے اپنے لیے بہترین صورت حال کا انتخاب کرتے ہیں۔ایک سکول میں ایک مخصوص ریستوران قائم کیا گیا جس کے دو حصے تھے۔ایک حصے میں بچوں کے لیے کھانے پینے کی الم غلم اشیاء، مثلاً آئس کریم، پنیر، ٹافیاں، بسکٹ وغیرہ موجود تھے جبکہ دوسرے حصے میں وہ غذائیت بخش اشیاء موجود تھیں جو ان کی صحت کے لیے مفید تھیں اور انہیں یہی اشیا کھانا چاہئیں تھیں۔ پھر یہ جائزہ مرتب کرنے والے ماہرین نے بچوں کو بتایا کہ وہ اس ریستوران سے ہر روز اپنی مرضی کے مطابق کچھ نہ کچھ کھا سکتے ہیں اور تمہیں یا تمہارے والدین کو ان کی قیمت بھی نہیں ادا کرنی پڑے گی۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''یہ تو بہت اچھا سودا معلوم ہوتا ہے۔''

بوڑھے باپ کے ہونٹوں پر مسکراہٹ نمودار ہوئی اور وہ کہنے لگا ''تم ٹھیک کہتے ہو۔اب تمہارے خیال کے مطابق پہلے دن بچے اس ریستوران میں خورونوش کی کون سی اشیا کی طرف لپکے ہوں گے؟''

نوجوان باپ نے کہا جواب دیا: ''اگر وہ میرے دونوں بچوں کے مانند ہوتے، تو پھر وہ تمام الم غلم اشیا ہڑپ کر جاتے!''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''عین یہی کچھ ہوا اور پھر دوسرے دن کیا واقعہ پیش آیا؟''

نوجوان باپ نے جواب دیا: ''لازمی طور پر یہی کچھ!''

بوڑھے باپ نے تصدیقی انداز میں سر ہلایا۔ پھر کہنے لگا: ''لیکن دوسرے ہفتے کے اختتام پر تمہیں علم ہے کہ بچوں نے کیا کیا؟ لیکن ابھی بھی بچوں کو یہ اجازت تھی کہ وہ اپنی مرضی کے مطابق اشیا خورونوش لے سکتے ہیں۔''

نوجوان باپ نے جواب دیا: ''مجھے نہیں معلوم کہ بچوں نے کیا ''کارنامہ'' انجام

دیا؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''غذائیت بخش خوراک والے حصے کے باہر بچوں کی ایک لمبی قطار بن گئی۔الم غلم اشیا کھانے کے باعث اکثر بچے بیمار ہو گئے تھے اور وہ اب صحت مند خوراک کھانا چاہتے تھے۔اب انہوں نے اپنے لیے اچھی اشیائے خورونوش کا انتخاب کیا۔ جب انہیں اپنے لیے خود انتخاب کا موقع دیا گیا تو اکثر بچوں نے اس ریستوران میں اسی طرح کا رویہ اور طرز عمل اپنایا جس طرح وہ اپنی عام زندگی میں اپناتے تھے۔انہیں معلوم تھا کہ ان کے لیے کیا چیز اچھی ہے اور وہ یقیناً انہی چیزوں کا انتخاب کریں گے۔''

کامیاب باپ نے کہا: ''دراصل مسئلہ یہ ہے کہ اکثر والدین یہ یقین نہیں کرتے کہ بچے اپنے لیے اچھی چیزیں منتخب کر سکتے ہیں۔''

نوجوان باپ نے بات کاٹتے ہوئے کہا: ''لہٰذا ہم بھی یہی سمجھتے ہیں کہ بچے اپنے لیے اچھی چیزوں کا انتخاب نہیں کریں گے۔''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''بالکل درست، اور پھر انداز لگاؤ کہ پھر کیا ہوتا ہے؟''

نوجوان باپ کو احساس ہونے لگا: ''بچے اچھے فیصلے نہیں کرتے اور پھر ہم انہیں ''سیدھا'' کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے اس کی بات اچک لی اور کہنے لگا: ''بالکل درست، شاید یہ صورت حال تمہارے ساتھ بھی پیش آتی ہو، اور یہ صورت حال ہر باپ کے لیے پریشان کن ہے۔''

نوجوان باپ نے اچانک کچھ سمجھتے ہوئے کہا: ''یہی وجہ ہے کہ بچوں کے لیے فوری تعریف وستائش مفید اور کارآمد ثابت ہوتی ہے، اس کے ذریعے ان میں کامیابی کا

احساس اور اعتماد پیدا ہوتا ہے، انہیں یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ وہ درست فیصلہ کر سکتے ہیں اور اپنے روزمرہ معمولات زندگی میں بہتر طور پر بسر کرنے کے لیے اپنی اچھی جبلت اور فطرت پر انحصار کر سکتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''میں چاہتا ہوں کہ ہمارے بچے اس قسم کے فیصلے کریں کہ جن کے ذریعے وہ اچھا رویہ اور طرز عمل اپنائیں، محض اس لیے نہیں کہ وہ انہیں ایسا رویہ اور طرز عمل اپنانا چاہیے بلکہ محض اس لیے کہ ایسا رویہ یہ طرز عمل اپنانا چاہتے ہیں۔ اور انہیں یہ بھی معلوم ہے کہ اگر وہ اب رویہ اور طرز عمل اپنائیں گے تو وہ اپنے مقصد کے حصول میں کامیاب ہو سکتے ہیں، یعنی وہ اپنی ذات اور شخصیت کو اپنی مرضی کے مطابق تشکیل کر سکتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہا: ''والٹ ڈزنی نے ایک دفعہ ایک ایسے بچے کے متعلق بتایا جو شاید ہم میں سے اکثر والدین اپنے بچے کو بنانا پسند کریں یا کم از کم یہ خواہش کریں کہ ان کے گھرانے میں بھی ایسا پراعتماد اور باصلاحیت بچہ موجود ہو جو آج کسی کسی گھرانے میں موجود ہوتا ہے۔ والٹ ڈزنی اپنے دوستوں کو اکثر بتایا کرتا تھا اس لڑکے کی کہانی یاد کرو جو سرکس پریڈ میں مارچ کرنا چاہتا تھا۔ جب یہ سرکس ایک قصبے میں آیا تو ڈھولچی کو ایک بنسری نواز کی ضرورت محسوس ہوئی۔ اس نے لڑکے سے یہ معاہدہ طے کر لیا۔ اس نے ابھی تھوڑی ہی دور مارچ کیا تھا کہ اس کے ناقوس سے برآمد ہونے والی خوفناک آوازوں کے باعث دو خواتین بے ہوش ہو گئیں اور ایک گھوڑا رسی تڑوا کر بھاگ گیا۔ ڈھولچی نے لڑکے سے کہا: ''تم نے ہمیں کیوں نہیں بتایا کہ تم ناقوس نہیں بجا سکتے؟'' لڑکے نے جواب دیا: ''مجھے کیسے معلوم ہوتا کہ میں ناقوس نہیں بجا سکتا کیونکہ میں نے پہلے کبھی ناقوس نہیں بجایا تھا۔''

نوجوان باپ مسکرایا۔

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھی: ''والٹ ڈزنی نے قصبے کا احوال بیان کرتے ہوئے مزید کہا: بہت سال پہلے ممکن ہے کہ میں نے بھی وہی کچھ کیا ہو، جو لڑکے نے کیا تھا۔ اب میں دادا بن چکا ہوں اور میرے بال بھی سفید ہو چکے ہیں اور اکثر لوگ مجھے سمجھدار سمجھتے ہیں۔ لیکن اگر میں جوان رہتا اور مجھ میں اس قدر جذبہ ہوتا کہ میں ناکامی کے خوف سے نہ ڈرتا...... اتنا جوان ہوتا کہ میں خطرہ مول لیتا اور پریڈ میں مارچ کرتا۔''

بوڑھا باپ ایک لمحے کے لیے سوچ میں گم ہو گیا، پھر کہنے لگا: ''میں بھی واقعی یہی چاہتا ہوں کہ میرے بچے بھی ایسے ہی ثابت ہوں۔ کاش ایک بچے کی حیثیت سے میں نے بھی ایسا ہی کیا ہوتا۔''

نوجوان باپ کہنے لگا: ''جہاں تک میں سمجھا ہوں، آپ یہ کہہ رہے ہیں کہ والدین کو ایسے حالات اور ماحول پیدا کرنا چاہیے کہ ان کے بچے کامیابی حاصل کرنے کے احساس میں مبتلا ہو جائیں۔ اور اگر وہ اپنے اس احساس کامیابی کا ادراک حاصل نہ کر سکیں تو پھر آپ انہیں یہ احساس دلائیں، اور اس مقصد کے حصول کے لیے ان کے لیے فوری تعریف و ستائش پر مبنی طریقہ اپنائیں۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''تم میں اس قدر صلاحیت موجود ہے کہ تم اپنے خیالات واضح طور پر بیان کر سکو۔ اب میں تمہیں مزید ایک اور عملی نکتہ بتاتا ہوں۔ میں نے سیکھا ہے کہ اگر میں اپنے بچوں کو ڈانٹنے ڈپٹنے کی بجائے ان کو شاباش دیتا ہوں تو بچوں کا رویہ اور طرز عمل مزید اصلاح کی جانب گامزن ہو جاتا ہے۔'' نوجوان باپ نے جو کچھ سنا تھا، وہ اس کے متعلق سوچ رہا تھا۔ بالآخر وہ کہنے لگا: ''آپ نے اپنے بچوں کے ساتھ تجربات کے ذریعے جو کچھ سیکھا ہے، اس کے ذریعے مجھے وہ سبق یاد آتا ہے جو ''ہوا اور سورج'' کی کہانی میں بیان کیا گیا ہے۔''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''کون سا سبق''؟

نوجوان باپ نے محسوس کیا کہ بوڑھا باپ ہر وقت کچھ نہ کچھ سیکھنے کا خواہش مند ہے، اس نے کہا: ''سورج اور ہوا کے درمیان بحث ہو رہی تھی کہ ان میں سے طاقتور کون ہے۔ ہوا یہ شیخی بگھار رہی تھی کہ وہ اس دنیا میں سب سے بڑی قوت ہے۔ اس نے بتایا کہ جب یہ آندھی میں تبدیل ہو جاتی ہے تو درخت اپنی جڑوں سے اکھڑ جاتے ہیں اور شہروں کے شہر تباہ ہو جاتے ہیں۔ ہوا نے یہ بھی دعویٰ کیا کہ وہ سمندر میں بحری جہازوں کو اچھال سکتی ہے اور انہیں سمندر کی تہہ میں بھی غرق کر سکتی ہے اور اس جیسی قوت اس روئے زمین پر موجود نہیں۔''

سورج نے کہا: ''شاید یہی ہی بات ہو!''

ہوا، اور زیادہ فخر میں مبتلا ہو گئی۔ اس نے کہا کہ بے شک وہ بہت ہی طاقتور ہے اور میں اپنی طاقت ثابت کروں گی۔ آؤ ہم دونوں مقابلہ کریں۔'' سورج آمادہ ہو گیا۔

ہوا نے ادھر ادھر دیکھا اور کہنے لگی: ''اس بوڑھے شخص کو دیکھو جو نیچے سڑک پر جا رہا ہے، اب ہم دیکھتے ہیں کہ ہم میں سے کون طاقتور ہے میں جلد ہی اس کا کوٹ اور ٹوپ اڑا دوں گی۔ دیکھتے رہو!''

سورج نے اپنی مسکراہٹ چھپالی۔ ہوا نے چلنا شروع کیا۔ جب ہوا تیزی کے ساتھ اس کی طرف آئی تو اس نے اپنا ٹوپ اپنے سر پر سے اتارا اور مضبوطی سے اپنے ہاتھ میں پکڑ لیا۔ ہوا، مزید تیز ہو گئی۔ بوڑھے آدمی نے اپنا کوٹ مزید سختی سے اپنے گرد لپیٹ لیا۔ ہوا جس قدر زیادہ تیز چلتی، تو بوڑھا شخص اپنا کوٹ اور ٹوپ زیادہ مضبوطی سے پکڑ لیتا۔

ہوا دس منٹ تک نہایت تیزی سے چلتی رہی۔

بالآخر! ہوا نے شکست مان لی۔

پھر سورج، بادلوں کے پیچھے سے نمودار ہوا۔

جب سورج نکل آیا تو اس بوڑھے شخص کو گرمائش محسوس ہونے لگی۔ اس نے فوراً

سورج کی طرف دیکھا اور اپنی آنکھیں جھپکائیں۔ سورج کی گرمی مزید تیز ہو گئی۔ پانچ منٹ کے اندر اندر یہ بوڑھا شخص اس قدر گرمی محسوس کرنے لگا کہ اس نے اپنا کوٹ اتار دیا۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''بالکل درست!'' پھر نوجوان شخص طنزیہ ہنسی ہنسا اور کہنے لگا: ''صرف پانچ منٹ میں نتیجہ سامنے آ گیا۔''

کامیاب باپ نے کہا: ''مجھے یہ کہانی بہت پسند ہے کہ کس طرح مختصر وقت میں کس طرح اچھے نتائج حاصل کیے جا سکتے ہیں۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''میرا خیال ہے کہ آپ فوری نتائج کے حصول کے متعلق بات کر رہے تھے، کیا اب ہم ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کے متعلق بات کر سکتے ہیں؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: یقیناً!''

کامیاب باپ نے اعتراف کرتے ہوئے کہا: ''درحقیقت یہ کہانی مجھے یاد دلاتی ہے کہ میں کس طرح اپنے بچوں پر برستا ہوں۔ میری مراد یہ ہے کہ میں انہیں کسی نہ کسی طور پر بتا دوں کہ ان کا رویہ اور طرزِ عمل غلط تھا۔ اور بے شک میں جس قدر زیادہ انہیں کہتا ہوں انہیں یہ احساس ہو جاتا ہے کہ ان کا رویہ کس قدر غلط اور خراب تھا۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''میں آپ کی یہ بات نہیں سمجھ سکا۔ آپ کہتے ہیں کہ آپ اپنے بچوں کی فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرتے ہیں اور ان کے لیے مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے۔ اب آپ مجھے یہ بتائیے کہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کیوں اس قدر مفید اور کارگر ہے؟''

باب:13

''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کیوں مفید اور کارگر ہے؟

بوڑھے باپ نے کہا:''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' میرے بچوں کے لیے اس لیے مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے کیونکہ اس کے ذریعے انہیں وہ چیز حاصل ہو جاتی ہے جس کی انہیں سب سے زیادہ ضرورت ہوتی ہے، یعنی نظم وضبط اور محبت و پیار۔ مختلف قسم کے عملی مسائل کے حل کے لیے یہ طریقہ بہت ہی موثر ثابت ہوتا ہے اور تمہیں علم ہے کہ مسائل تو ہمیشہ پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ مجھے یہ معلوم ہے کہ عقلمندانہ اور دانش مندانہ رویہ یہ ہے کہ آپ نا قابل برداشت رویہ قبول نہ کریں۔ اس لیے نہ میں اپنی پیشہ وارانہ زندگی اور نہ ہی اپنی گھریلو زندگی میں اس اصول سے روگردانی کرتا ہوں۔ بہر حال، جب میں نے یہ طریقہ اپنے بچوں پر آزمایا تو حالات مزید بگڑ گئے۔''

نوجوان باپ نے کہا:''یہی وجہ ہے کہ میرے گھر میں ابھی تک یہی صورت حال ہے لیکن میرا نہیں خیال کہ میں نا قابل برداشت رویہ اور طرز عمل برداشت کرلوں۔ بہر حال، نہ صرف میرے بچوں کے رویوں میں کوئی بہتری نمودار نہیں ہوئی بلکہ میری بیوی اور بچے بھی ناراض ہیں کہ میں ان کے ساتھ یہ سلوک کیوں روا رکھتا ہوں۔''

کامیاب باپ نے کہا:''میرا خیال ہے کہ جس طرح کا رویہ اور طرز عمل تم اختیار

کرتے ہو، انہیں پسند نہیں ہے۔''

کامیاب باپ کے چہرے پر مسکراہٹ آ گئی اور اس نے کہا:''جو صورت حال تمہارے ذہن میں موجود ہے، وہ مجھے اپنی یاد دلا دیتی ہے!'' یہ بالکل درست ہے کہ ان کے غلط رویے کے باعث میں نے چیخ چیخ کر انہیں برا بھلا کہا، اور پھر انہیں سزا دی۔''

تو جوان باپ نے کہا:''لیکن یہ طریقہ کامیاب ثابت نہیں ہوا؟''

''نہیں، لیکن اس کے باعث صورت حال مزید بگڑ گئی۔ اب مجھے معلوم ہو چکا ہے کہ جس طرح لوگوں کے ساتھ رویہ اختیار کیا جاتا ہے وہ بھی اسی قسم کے رویے کا اظہار کرتے ہیں۔ اس ضمن میں آپ کی بیوی ہو یا بچے، وہ بھی اسی طرح رویہ اختیار کریں گے جس طرح آپ ان کے ساتھ سلوک روا رکھیں گے، ہم میں سے کوئی بھی یہ نہیں چاہتا کہ اس کے ساتھ تلخ کلامی کی جائے، اسے برا بھلا کہا جائے اور اس کی تحقیر کی جائے اور پھر یہ ایک ایسی اہم وجہ ہے جس کے باعث فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' مفید اور کارآمد ثابت ہوتی ہے، کیونکہ''

جب میں اپنے بچوں کی فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرتا ہوں تو انہیں احساس ہو جاتا ہے کہ ان کا رویہ برا ہے لیکن انہیں یہ بھی ادراک ہو جاتا ہے کہ ان کی ذات اور شخصیت بری نہیں ہے۔

بوڑھے باپ نے کہا:''جب بچے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کو اپنے لیے برا سمجھتے ہیں تو وہ صحیح سمجھتے ہیں اور صرف ان کے برے رویے کے باعث ہی انہیں ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کی جاتی ہے''دراصل'' میں یہ چاہتا ہوں کہ وہ احساس کرلیں کہ ان کی شخصیت کا صرف وہ حصہ برا ہے جو ان کے برے رویے کے باعث میرے سامنے آتا ہے۔''

پھر نوجوان باپ کے کانوں میں شور کی آواز سنائی دی، بچے سٹیشنری کی دکان سے واپس آ گئے تھے۔ بوڑھے باپ کی سات سالہ بیٹی اس کے پاس آئی اور کہنے لگی

"معاف کیجیے، ابا جان میں گھر سے باہر تختہ سواری کر سکتی ہوں؟"

کامیاب باپ نے جواب دیا: "میری پیاری بیٹی، ایسا مت کرو، باہر زمین گیلی ہے۔ لہٰذا سوچ لو کہ تم کیا کرنے جا رہی ہو۔ احتیاط سے کام لو۔"

پھر دونوں دوبارہ گفتگو میں مصروف ہو گئے۔

نوجوان باپ نے کہا: "آپ چاہتے ہیں کہ اپنے رویے کے نتائج کا خود مشاہدہ کریں۔"

بوڑھے باپ نے جواب دیا: "بالکل درست! ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش اس لیے مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے کہ اس کے ذریعے بچوں کو ناخوشگوار نتائج کا سامنا کرنا پڑتا ہے جو ان کے ناقابل برداشت رویوں کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ مزید براں، نظم و ضبط کے متعلق میں نے جو کچھ بھی پیشہ ور ماہرین اور اپنے تجربے کے ذریعے سیکھا ہے، بہترین نظم و ضبط ناخوشگوار اور تعلیمی تربیتی نوعیت کا حامل ہوتا ہے۔ اگر یہ نظم و ضبط صرف ناخوشگوار یا صرف تعلیمی ہو تو یہ کام نہیں کرتا۔"

نوجوان باپ نے کہا: "میں نے اس نظم و ضبط کو ناخوشگوار بنا دیا ہے۔" وہ ہنسنے لگا اور پھر کہا: "کم از کم اس حصے میں، میں نے مہارت حاصل کر لی ہے۔"

بوڑھا باپ نے بھی قہقہہ لگایا اور کہنے لگا: "تم نے کامیاب باپ بننے کا آغاز کر دیا ہے، ہے نا یہی بات؟"

نوجوان شخص نے پوچھا: "آپ کیا کہنا چاہتے ہیں؟"

بوڑھے باپ نے جواب دیا: "تم نے اب اپنی غلطیوں پر ہنسنا شروع کر دیا ہے، اس عمل کے ذریعے والدین کے سر سے بہت بڑی پریشانی دور ہو جاتی ہے۔ تم یہ معلوم کرنا چاہتے ہو کہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کیونکر بہت زیادہ مفید اور موثر ثابت ہوتی ہے، اس کے متعلق میں تمہیں بتاتا ہوں":

میں ایک تحفے کی حیثیت سے نہایت محبت آمیز انداز میں اپنے بچوں کی اصلاح کرتا ہوں۔

بوڑھے باپ نے زور دے کر کہا: "بنیادی اور اہم لفظ 'محبت آمیز' ہے۔ کسی بھی دیگر وجہ کی نسبت میری طرف سے بچوں کے لیے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش اس لیے مفید اور موثر ثابت ہوتی ہے کہ انہیں یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ یہ سب کچھ ان کی اصلاح کے لیے ہے اور میں ان سے بہت محبت کرتا ہوں اور ان کے مناسب دیکھ بھال اور نگہداشت کرنا چاہتا ہوں۔ جب میں اپنی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش صرف اپنے بچے کے اسی برے رویے تک ہی محدود رکھتا ہوں، اور یہ بھی خبر رکھتا ہوں کہ میں اس کے متعلق کیسا محسوس کر رہا ہوں۔ اور یہ سب کچھ میں تقریباً نصف منٹ کے اندر ہی انجام دے دیتا ہوں...... تو میرا رویہ اپنے بچوں کے لیے محبت آمیز انداز پر مشتمل ہوتا ہے، میں اپنے اس رویے سے ایک انچ بھی ادھر ادھر نہیں ہوتا۔ میں اپنے بچوں سے کہتا ہوں کہ ان کی ذات اور شخصیت کے باعث نہیں بلکہ ان کے رویے کے باعث میں ان سے مایوس ہوا ہوں۔ یہ ایک ایسا محبت آمیز عمل اور رویہ ہے جو ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے برے اثرات تحلیل کر دیتا ہے، پھر میں اپنا ہاتھ، اپنی زبان، اپنا سانس روک لیتا ہوں، اپنا غصہ اور ناراضی ختم کر کے پرسکون ہو جاتا ہوں، اور اپنے آپ کو یاد دلاتا ہوں کہ میں تو اپنے بچے کی اصلاح کرنا چاہتا ہوں، میں تو اپنے بچے کی مدد کرنا چاہتا ہوں۔"

نوجوان باپ یہ سب کچھ سنتا رہا۔ اس قدرے معلوم ہو گیا کہ اس شخص کے بچوں کو کیا محسوس کرنا چاہیے۔

بوڑھے باپ نے اپنی بات جاری رکھی: "یہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کا دوسرا نصف حصہ ہے جو بہت ہی زبردست ہے۔ جب میں اپنے بچوں کو یاد دلاتا ہوں کہ ان کی ذات اور شخصیت، ان کے رویے سے کہیں زیادہ بہتر ہے تو میں انہیں یہ بتا رہا ہوتا ہوں کہ

دراصل میں ان کے متعلق کس انداز سے سوچ رہا ہوں۔''

کامیاب باپ کے وضاحت کرتے ہوئے کہا: ''ابتدا میں یہ سب کچھ میرے لیے، خصوصاً جب میں غصے میں تھا، بہت ہی مشکل تھا لیکن جب اپنے بچوں کو یہ بتانا مقصود ہو کہ انہوں نے غلطی کی ہے، لیکن اس کے باوجود میں ان سے محبت کرتا ہوں، میرا یہ رویہ ان کے لیے بہت بڑی تبدیلی کا باعث بنتا ہے اب میرا گھرانہ بہت ہی......''

بوڑھے باپ کی بات اس وقت درمیان ہی میں رہ گئی جب اس کے کانوں میں رونے کی آواز آئی جو کھڑکی کے باہر سے آ رہی تھی۔ اس کی چھوٹی بیٹی گر پڑی تھی۔

بوڑھا باپ فوراً اٹھا اور باہر دیکھنے لگا۔ اس کی بیٹی آہستہ آہستہ اٹھ رہی تھی، اس کی کہنی سے تھوڑا تھوڑا خون بہہ رہا تھا لیکن وہ مجموعی طور پر ٹھیک تھی۔ وہ بیٹھ گیا اور اپنی بیٹی کے آنے کا انتظار کرنے لگا۔ ملاقاتی بہت حیران تھا۔ ایسے معلوم ہو رہا تھا کہ باپ کو اپنی بیٹی کی پرواہی نہیں ہے۔

چھوٹی بیٹی روتی روتی باپ کے پاس آئی۔ باپ کچھ بھی نہیں بولا اور اس نے اپنی بیٹی کو رونے دیا۔ جب اس کا رونا بند ہو گیا تو باپ نے پوچھا: ''کیا تم ٹھیک ہو؟''

بیٹی نے جواب دیا: ہاں۔ میری کہنی پر چوٹ لگی ہے، لیکن چوٹ شدید نہیں ہے۔''

باپ نے اپنی بیٹی کو نہ تو گلے لگایا اور نہ ہی اسے تسلی تشفی دی۔ صرف اس نے یہ کہا: ''میری پیاری بیٹی! کیا تم کہنیوں کو ڈھانپے بغیر گیلی زمین پر تختہ سواری کے لیے دوبارہ جاؤں گی؟''

اب ملاقاتی یہ سوچ رہا تھا۔ یہ باپ بہت ہی سنگدل ہے۔ اسے تو چاہیے تھا کہ فوراً ہی بھاگ کر جاتا، بیٹی کو اٹھا لیتا اور اس کی دیکھ بھال کرتا۔

ننھی بچی نے آہستہ سے کہا: ''نہیں!''

باپ نے پوچھا: ''نہیں؟ کیا تم دوبارہ یہ کام کرو گی؟'' ننھی بچی نیچے فرش پر دیکھ رہی تھی۔

پھر ننھی بچی کا باپ مسکرایا اور اپنی چمکدار آنکھوں سے بچی کو دیکھتے ہوئے بولا: ''کیا تمہیں یقین ہے کہ تم دوبارہ یہ کام نہیں کرو گی، اور تم اپنی کہنیوں کو ڈھانپے بغیر تختہ سواری نہیں کرو گی؟''

ننھی بچی مسکرانے لگی، اور پھر اس نے روتے روتے ہنسنا شروع کر دیا۔ ''ابا جان، نہیں، اب میں ایسا نہیں کروں گی۔''

''بہت خوب، اب ٹھیک ہے، تم بہت ذہین بچی ہو۔'' پھر اس کے باپ نے بیٹی کو گلے لگایا! اور بیٹی چلی گئی۔

کامیاب باپ نے اطمینان کا سانس لیا اور کہا: ''خدا کا شکر ہے، وہ زیادہ زخمی نہیں ہوئی۔'' اب ملاقاتی اپنے دل کی بھڑاس نکالنے لگا: ''صاف بات تو یہ ہے کہ شروع میں تو میں نے آپ کو بہت ہی سنگدل سمجھا۔ آپ نے بچی کی دیکھ بھال اس طرح نہیں کی جس طرح اس کی دیکھ بھال کی جانی چاہیے تھی۔''

بوڑھے باپ نے اتفاق کرتے ہوئے کہا: ''تم ٹھیک کہتے ہو۔ میں نے اپنی بیٹی کی اس طرح نگہداشت نہیں کی جس طرح اس کی دیکھ بھال کی جانی چاہیے تھی، لیکن میں نے اس سے بھی زیادہ اچھا کام کیا۔ میں نے اسے سکھا دیا کہ اپنی حفاظت اور دیکھ بھال خود کیسے کی جاتی ہے۔ میرا خیال ہے کہ جتنا جلد ہم سیکھ لیں کہ اپنی حفاظت اور نگہداشت کیسے کی جاتی ہے، اتنا ہی ہمارے لیے بہتر ہے۔ میں اپنے بچوں میں سب سے اچھی چیز وہ پیدا کرنا چاہتا ہوں جو میں اپنے لیے بھی چاہتا ہوں، اور وہ ہے ''اچھی فیصلہ سازی۔''

پھر بوڑھے باپ نے وضاحت کرتے ہوئے کہا: ''میں کوشش کرتا ہوں کہ میرے بچے اسی طرح اپنے تجربات کے ذریعے سیکھیں جس طرح خوش قسمتی سے میں نے

اپنے تجربات کے ذریعے سیکھا۔ میں اپنے بیٹے بیٹیوں سے اس طرح کا رویہ اور طرزِ عمل اختیار کرتا ہوں، یعنی میں یہ سمجھتا ہوں کہ میرے بچے ہر وہ کام کر سکتے ہیں جس کا انہیں یقین ہوتا ہے کہ وہ یہ کام کر سکتے ہیں، اور ان میں سے کسی کو بھی مدد اور حفاظت کی ضرورت نہیں ہوتی، مختصر یہ کہ میں ان کے ساتھ ایسا رویہ اور طرزِ عمل اپناتا ہوں جیسے وہ سب باصلاحیت نوجوان افراد ہیں۔ جب کبھی کبھار انہیں اپنی غلطی کا احساس نہیں ہوتا تو میں ان کی ہلکی سی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کرتا ہوں۔ یہ ایک ایسا سادہ اور سہل طریقہ ہے جس کے ذریعے انہیں یہ معلوم ہو جاتا ہے ان کی غلطی کا نتیجہ برابر آمد ہوتا ہے۔ یہ طریقہ ان کے لیے اس لیے بھی مفید اور موثر ثابت ہوتا ہے کیونکہ اس کے ذریعے میں ان کے اچھے رویے پر نظر رکھ سکتا ہوں جو وہ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے بعد اختیار کرتے ہیں۔''

نوجوان باپ نے کہا: ''یہ تو اس طرح ہے جس طرح ناسا (NASA) کا ''نظام نگرانی'' کہ جس کے ذریعے اپالو (Apollo) چاند پر اترنے میں کامیاب ہو گیا۔''

کامیاب باپ نے حیرانی کے عالم میں پوچھا: ''تمہارا کیا مطلب ہے؟''

نوجوان باپ نے جواب دیا: ''وہی ''اپالو'' خلائی جہاز جو خلا بازوں کو چاند کی طرف لے کر گیا تھا۔''

کامیاب باپ نے جواب دیا: ''کیا یہ سچ ہے؟''

نوجوان شخص نے سر ہلایا اور بوڑھے باپ نے کہا: ''جب تم یہ سمجھتے ہو کہ اپالو نے اپنی مہم کامیابی کے ساتھ مکمل کی تو پھر یہ ایک حیرت انگیز اور شاندار کارنامہ محسوس ہوتا ہے۔ مجھے ابھی تک یاد ہے کہ میں کس قدر فخر محسوس کر رہا تھا کہ ہم امریکی چاند پر پہنچنے والے سب سے پہلے انسان تھے۔ لیکن مجھے اس بات کی سمجھ نہیں آئی کہ اس واقعے کا ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کے ساتھ کیا تعلق ہے؟''

نوجوان باپ نے وضاحت کرتے ہوئے کہا: ''اپالو کی کامیابی کا راز یہ تھا کہ اس

کی نگرانی تقریباً مسلسل جاری رہی۔ جب بھی اس میں کس قدر خرابی پیدا ہو جاتی، اسے واپس زمین پر بلا لیا جاتا۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''تو اس طرح یہ خلائی جہاز کبھی بھی اپنے راستے سے بہت زیادہ نہیں بھٹکا۔''

نوجوان شخص نے کہا: ''بالکل درست! یہی وجہ تھی کہ اسے کبھی بھی کوئی بڑا مسئلہ پیش نہیں آیا، بڑا مسئلہ اس لیے کبھی بھی پیش نہیں آیا کیونکہ بڑا مسئلہ پیدا ہی نہیں ہونے دیا گیا اور چھوٹے مسئلے کو فوراً اور باآسانی حل کر لیا گیا۔''

نوجوان شخص بہت لطف محسوس کر رہا تھا کہ وہ ایک جہاں دیدہ اور تجربے کار شخص کو معلومات مہیا کر رہا ہے۔ بہر حال، وہ اس بوڑھے شخص کے ساتھ رفاقت میں بہت خوشی محسوس کر رہا تھا۔ اسے اب یہ ادراک ہونا شروع ہو گیا تھا کہ وہ بھی کس قدر عقل مند ہو سکتا ہے۔

جب نوجوان باپ کو اپنی اس خوبی کے متعلق علم ہوا تو اس نے سوچا کہ ایک باپ کی حقیقت سے وہ اپنی اس خوبی کو کس طرح بخوبی طور پر استعمال کر سکتا ہے۔

بوڑھا باپ اس وقت بالکل خاموش تھا، اسے علم تھا کہ نوجوان شخص کچھ نہ کچھ سوچ رہا ہے۔ پھر اس نے کہا: ''شاید تم یہ سوچ رہے ہو کہ مسئلے کہ اس وقت ہی حل کر لیا جائے جب یہ ابھی چھوٹا ہی ہو۔''

اب بوڑھے باپ کے چہرے پر مسکراہٹ تھی، وہ کہنے لگا: ''اور تم مجھ سے یہ پوچھ رہے ہو کہ ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کیوں اس قدر مفید اور موثر ثابت ہوتی ہے۔''

پھر اس نے نوجوان شخص سے پوچھا: ''کیا تمہیں یاد ہے ہمارے درمیان پہلی ملاقات کے موقع پر میں نے تمہیں کیا بتلایا تھا۔ اس وقت تمہیں یہ نہیں معلوم تھا کہ تم پہلے ہی

سے مسائل کا حل جانتے تھے اور یہ بھی کہ تم جو کچھ جانتے تھے، وہ تم جبلی اور وجدانی طور پر استعمال نہیں کر رہے تھے؟''

نوجوان شخص نے کہا: ''بہت خوب! جو کچھ میں کہنا چاہتا تھا، آپ نے اس کا عملی طور پر ظہار کر کے دکھا دیا۔''

بوڑھے شخص نے کہا: ''صدیوں سے بہت سے والدین اپنے بچوں کی پرورش کا بہترین فریضہ سرانجام دے رہے ہیں۔ مختلف طریقوں کے ذریعے یہ اچھے والدین جبلی اور وجدانی طور پر اپنی طریقوں کے مطابق عمل کرتے ہیں۔ وہ اپنے بچوں کو صاف صاف بتا دیتے ہیں کہ وہ اپنے بچوں سے کس قسم کے رویے اور طرز عمل کی توقع رکھتے ہیں، وہ اپنے بچوں کی تعریف وستائش کرتے ہیں، اور انہیں مارے پیٹے بغیر یہ احساس دلا دیتے ہیں کہ ان کا رویہ اور طرز عمل غلط ہے۔ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش اس لیے موثر اور کارگر ثابت ہوتی ہے کہ یہ ایک ''اہم'' چیز کے ساتھ اس قدر مطابقت رکھتی ہے:

یہ بات اہم نہیں ہے کہ میں اپنے بچوں کے متعلق کس انداز سے سوچتا ہوں بلکہ اہم بات یہ ہے کہ بچے اپنے متعلق کس انداز سے سوچتے ہیں۔

پھر بوڑھے باپ نے مختلف قسم کے دلچسپ سوالات پوچھے: ''اگر میرا ہر ایک بچہ خود کو بلاشبہ اہم اور قابل قدر سمجھے تو پھر کیا صورت حال واقع ہو؟ اگر وہ ایک دوسرے کے ساتھ اپنے غصے اور پریشانی کا اظہار کرنے کے لیے غیر متشدد طریقہ اپنائیں تو پھر کیسی صورت حال پیدا ہو، یعنی ایسا طریقہ اس قسم کی ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش جس کے متعلق ہم بات کرتے رہے ہیں؟ اس امر کا کس قدر امکان ہے کہ وہ معاشرے کے لیے مسئلہ بن جائیں گے؟ کیا ان جیسے افراد متشدد مجرم بن جاتے ہیں؟ کیا وہ معاشرے کے ساتھ جنگ پر آمادہ ہو جاتے ہیں؟ یا پھر دیگر طریقوں کے ذریعے لوگوں کو پریشان کریں گے؟''

نوجوان شخص نے جواب دیا: ''نہیں، میں سمجھتا ہوں کہ ان کے اندر امن وسکون کا ایک احساس موجود ہے۔''

بوڑھے باپ نے جواب دیا ''میں تم سے اتفاق کرتا، بہرحال، تم کیا سمجھتے ہو کہ بہت سے والدین سپر مارکیٹوں میں اپنے بچوں کے ساتھ کیا کرتے ہیں؟''

نوجوان باپ نے کہا: ''آپ کا مطلب یہ ہے کہ جب بچے سپر مارکیٹیوں میں ناقابل برداشت اور پریشان کن رویہ اور طرز عمل اپناتے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ میں نے مختلف والدین کو مختلف طریقے اپناتے دیکھا ہے۔ لیکن والدین کی وہ قسم مجھے بہت اچھی طرح یاد ہے جو اپنے ان قسم کے بچوں پر چیختی، چلاتی اور انہیں بلند آواز برا بھلا کہتی ہے۔''

کامیاب باپ نے کہا: ''بالکل درست! ہم اکثر ایسے مواقعوں پر صبر کا دامن ہاتھ سے چھوڑ دیتے ہیں لیکن تمہارا کیا خیال ہے کہ ہمیں اپنے چھوٹے بچے کے ساتھ کیا سلوک کرنا چاہیے؟ یہ تو ایسا ہوگا کہ جیسے ہم میں سے ایک شخص، ایک ایسا شخص جو بیس فٹ لمبا ہو اور ہمیں گالیاں نکال رہا ہو۔ اگر سپر مارکیٹ کا مالک، دو بڑے اور بالغ افراد کے درمیان یہ صورت حال وقوع پذیر ہوتا دیکھتا تو وہ پولیس بلا لیتا۔ لیکن اس وقت ہم کیا کریں جب ہمارے سامنے ایک بے بس بچہ موجود ہو؟''

نوجوان باپ نے جواب دیا: ''مجھے خدشہ ہے کہ میں اپنے بچوں پر چلاؤں اور چیخوں گا اور انہیں باہر لے جاؤں گا۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''ہم سب یہی کرتے ہیں۔ مجھے یاد ہے کہ جب میں نے اپنے بچوں کی اصلاح کے لیے ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کو ایک واحد طریقے کے طور پر اپنایا، میرا بڑا بیٹا اور میں کس قدر غصے میں اور ناراض تھے۔ میں نے اپنے سینے میں بہت سی نفرتیں اور کدورتیں چھپا رکھی تھیں، اور یہ سب ایک ہی لمحے میں باہر نکل آئیں۔ پھر جلد ہی میرے بیٹے نے بھی کچھ کرنا شروع کر دیا۔ ہم حیران ہو جاتے ہیں کہ ہمارے بہت سے بچے غصیلے

ہوتے ہیں، اوران نوجوانوں میں تشدد جرائم کی شرح بہت زیادہ ہے۔''

نوجوان باپ کہنے لگا: ''مجھے قید خانے کا ایک نگران یاد آرہا ہے، جس نے ٹیلی ویژن پر کہا تھا: ''جب ہمارے چند بچے متشدد رویہ اپناتے ہیں تو پھر صرف متشدد مجرم ہی پیدا ہوں گے۔''

بوڑھے باپ نے خاموشی اختیار کی۔ وہ اس بات کے متعلق سوچ رہا تھا جو اس نے ابھی ابھی سنی تھی۔ اگر اس نے اپنے بچوں کی اصلاح کا بہتر اور اچھا طریقہ نہ سوچا ہوتا تو پھر کیا ہوتا۔ کوئی بھی یہ نہیں سوچتا کہ اس کے ساتھ بھی یہ صورت حال پیش آسکتی ہے...... لیکن......؟

نوجوان شخص نے اپنی بات جاری رکھی: ''تو آپ یہ کہہ رہے تھے بچوں کی اصلاح کے اس بے ضرر اور غیر متشدد طریقے کے دو طرح کے فوائد ہیں۔ ایک تو ہمارے معاشرے میں ایک تبدیلی رونما ہو سکتی ہے کیونکہ اگر زیادہ سے زیادہ لوگ یہ بے ضرر طریقہ استعمال کرنے لگیں تو ہمارے کم سے کم بچے ناراض اور جرم کی طرف راغب ہوں گے۔ پھر اگر ہم یہ طریقہ اپنے گھروں میں استعمال کریں تو پھر ہمارے بچوں کا رویہ اور طرز عمل اصلاح کی جانب گامزن ہو جائے گا۔ ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش اس لیے مفید اور کارگر ثابت ہوتی ہے کیونکہ یہ ایک ایسا طریقہ ہے جس کے ذریعے بچوں کو یہ احساس دلایا جاتا ہے کہ انہوں نے غلط اور برا رویہ اور طرز عمل اپنایا ہے۔ ''فوری اہداف کا تعین''، ''فوری تعریف وستائش کا استعمال'' اور ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کے نفاذ کے ذریعے بچوں میں یہ احساس پیدا کر دیا جاتا ہے کہ وہ اپنے رویے اور طرز عمل کی اصلاح کر لیں۔''

نوجوان باپ کہنے لگا: ''اب مجھے سمجھ آنے لگی ہے کہ بچوں کی دیکھ بھال، نگہداشت اور اصلاح پر مبنی یہ تینوں طریقے، میرے اپنے گھر میں بھی مفید اور کارگر ثابت ہوں گے۔

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''یقیناً، تمہارا خیال درست ہے! اب تمہیں صرف وہ کام کرنے کی ضرورت ہے جو تمہارے خیال کے مطابق مفید اور کارگر ہے۔ یہ تمہارے لیے ایک مشکل کام ہوگا کہ تم اپنے رویے میں تبدیلی لاؤ، پرانی عادات تبدیل کر لو، لیکن یہ سب کچھ تمہارے لیے مفید ہوگا۔''

کامیاب باپ نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے کہا: ''اور یہ بھی یاد رکھو کہ اپنے بچوں کو ان کے غلط رویوں کا احساس دلانے کے لیے تمہاری طرف سے اپنائے گئے یہ تینوں طریقے، باپ کی طرف سے اپنے بچوں کی دیکھ بھال، نگہداشت اور اصلاح کے ضمن میں محض ایک چھوٹی سی اکائی ہے۔ بہر حال، اگر تم ایک اچھے باپ کے مانند رویہ اور طرز عمل اپناؤ گے اور خواہ تم ان کے ساتھ محض ایک منٹ ہی صرف کرو، تمہیں بہت زیادہ فائدہ حاصل ہوگا۔ مزید برآں اگر تم چاہتے ہو کہ تمہارے بچے سدھر جائیں تو پھر یہ آفاقی قانون یاد رکھو!''

نوجوان باپ نے استفسار کیا: ''یہ قانون کیا ہے؟''

بوڑھے باپ نے جواب دیا: ''میں کوشش کرتا ہوں کہ اپنے بچوں کے ساتھ وہی رویہ اور طرز عمل اپناؤں جس کی میں اپنے ساتھ ان کی طرف سے توقع کرتا ہوں۔''

ملاقاتی کہنے لگا: ''میرا خیال ہے کہ اب مجھے معلوم ہو گیا ہے کہ فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کیوں اس قدر مفید اور کارگر ہے۔ یہ اس سنہری اصول کے مانند ہے کہ:

''دوسروں کے ساتھ وہی رویہ اور طرز عمل اپناؤ،
جس کی تم اپنے لیے دوسروں سے توقع رکھتے ہو۔''

نوجوان شخص نے اپنی بات جاری رکھی: ''ہم سب خطا کے پتلے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ ہم سب چاہتے ہیں کہ جو شخص واقعی ہم سے سچی محبت کرتا ہے، ہمیں بتائے کہ آپ کا یہ رویہ اور طرز عمل غلط ہے، لیکن آپ کی ذات اور شخصیت اہم اور قابل قدر ہے۔''

اس دوران، ملاقاتی ایک ایسا شور سن کر بہت حیران ہوا جیسے قریب ہی ہوائی جہاز اڑ رہا ہو...... اچانک بوڑھے باپ کا چھوٹا بیٹا اندر داخل ہوا اور کہنے لگا: ''ابا جان! کیا میں ایک منٹ کے لیے دخل اندازی کر سکتا ہوں؟''

بوڑھا باپ راضی ہو گیا۔ اس نے فوراً ہی بچے کو وہ کھلونا ہوائی جہاز واپس کر دیا جو اندر آ گیا تھا۔

لڑکا ''شکریہ'' کہتا ہوا کمرے سے رخصت ہو گیا۔ پھر باپ، اپنے ملاقاتی کی طرف مڑا اور کہنے لگا، ''تمہیں علم ہے میں اور تم، بہت حد تک اس کھلونا جہاز کے مانند ہیں۔''

ملاقاتی نے پوچھا: ''کیسے؟''

بوڑھا باپ کہنے لگا: ''ہم اپنے بیٹیوں اور بیٹوں کے لیے مثالی نمونے ہیں۔ وہ ہماری باتیں سننے سے زیادہ ہماری حرکات دیکھتے ہیں۔ جب ہم ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش کے دوران ناراض ہوتے ہیں یا غصے میں ہوتے ہیں یا جو بھی ہماری کیفیت ہوتی ہے، وہ یہ سمجھتے کہ اسی طریقے کے ذریعے ایک شخص اپنی کیفیات کا اظہار کر سکتا ہے۔''

نوجوان باپ کہنے لگا: ''لہٰذا بہت سی وجوہات ایسی ہیں کہ جن کے باعث فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش جیسی سادہ چیز اس قدر مفید اور کارگر ہے۔ بچے، اپنے رویوں کے علاوہ بھی دیگر بہت سی چیزیں سیکھ سکتے ہیں۔ وہ اپنے رویے اور اپنی ذات اور شخصیت کے متعلق بھی سیکھ سکتے ہیں۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''تم بھی تو سیکھ رہے ہو!''

بوڑھا باپ خوش تھا کہ یہ نوجوان شخص اس سے ملاقات کے لیے آیا۔

باب:14

کامیاب باپ

نوجوان شخص نے اپنا سر ہلایا اور کہنے لگا: ''مجھے نہیں معلوم...... کہ میں ایسا کر سکوں گا۔ یہ میرے لیے بہت مشکل ہے کہ جن بچوں سے میں محبت کرتا ہوں، میں ان پر ہاتھ اٹھاؤں اور پھر انہیں کہوں ''مجھے تم سے پیار ہے۔''

بوڑھا باپ ہنسا اور کہنے لگا: ''میں نے یہ نہیں کہا کہ یہ اس قدر آسان تھا!'' اس نے ایک لمحے کے لیے وہ وقت یاد کیا جب اس نے پہلی مرتبہ ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا استعمال کیا۔ وہ اس وقت آپے سے باہر ہو رہا تھا۔

بوڑھے باپ نے اپنی گزشتہ یادیں کریدتے ہوئے کہا: ''میری بیوی اچانک فوت ہو گئی تھی۔ والدین کی حیثیت سے صرف میں ہی گھر میں موجود تھا۔ پانچ بچوں میں سے دو بچے چھوٹے تھے، ایک لڑکا اور ایک لڑکی۔ ان کا رویہ میرا ساتھ بھی بہت برا تھا اور وہ خود اپنی ذات کو بھی اچھا نہیں سمجھتے تھے۔ مجھے کچھ سمجھ نہیں آ رہی تھی کہ میں ان کی کسی طرح اصلاح کروں۔''

ملاقاتی کہنے لگا: ''پھر آپ نے کیا طریقہ اختیار کیا؟''

کامیاب باپ نے جواب دیا تو اس کے چہرے پر مسکراہٹ تھی ''میں نے متبادل طریقے تلاش کیے!'' نوجوان شخص کہنے لگا: ''وہ کون سے طریقے تھے؟''

بوڑھے باپ نے کہا: ''تم بتاؤ تم کون سے طریقے اختیار کرتے؟''

نوجوان باپ کہنے لگا ''یا تو میں حالات کو جوں کا توں رہنے دیتا یا حالات میں تبدیلی لانے کے لیے کوئی اپنا طریقہ اختیار کرتا۔''

بوڑھے باپ نے کہا: ''تم یہ کیسے کہہ سکتے ہو کہ اگر تم پہلے دو طریقوں میں سے کوئی ایک طریقہ استعمال کرو گے تو تم اپنی بیوی اور بچوں کی اصلاح کر سکو گے؟''

نوجوان شخص ہنسنے لگا: ''نہیں، ایسی بھی کوئی بات نہیں ہے!''

بوڑھا باپ کہنے لگا: ''تو پھر تم کیا کرو گے؟''

نوجوان شخص کئی لمحوں تک سوچتا رہا۔ پھر وہ کہنے لگا: ''میرا خیال ہے کہ مجھے یہ طریقہ آزمانا چاہیے۔''

کامیاب باپ آگے کو جھکا اور بلند اور کراری آواز میں بولا: ''کیا؟''

نوجوان باپ نے قہقہہ لگایا۔ ''میرا خیال ہے کہ میں قدرے بزدل تھا، کیا ٹھیک ہے؟''

کامیاب باپ نے جواب دیا ''خود پر سے ہر قسم کا دباؤ اور پریشانی دور کر دو، محض ہر کام ''درست'' کرنے کی کوشش نہ کرو۔ غلطیوں کے متعلق فکرمند نہ ہو، غلطیاں تو انسان سے ہوتی رہتی ہے۔ اہم بات یہ ہے کہ تم وہ کام کرو جس کے متعلق تمہیں علم ہے!'' نوجوان باپ اٹھ کھڑا ہوا اور اس نے بوڑھے شخص کے ساتھ مصافحہ کیا۔ اس کا شکریہ ادا کیا اور وعدہ کیا کہ جو بھی صورت حال ہوگی، وہ اسے بتا دے گا۔

باب: 15

''نیا'' کامیاب باپ

شام ہونے میں ابھی کچھ دیر تھی کہ نوجوان باپ اپنے گھر پہنچا۔ اس کی بیوی نے نہایت اشتیاق سے پوچھا: ''میری جان! تمہیں کیا کچھ معلوم ہوا؟''

نوجوان باپ مسکرایا اور کہنے لگا: ''تمہیں یقین نہیں آئے گا، کم از کم پہلے تو مجھے بھی یقین نہیں آیا تھا۔ انہوں نے مجھے بتایا کہ پہلے سے مجھے کیا کچھ معلوم ہے لیکن انہوں نے والدین کی طرف سے اپنے بچوں کی دیکھ بھال، نگہداشت اور اصلاح پر مبنی معلومات، علم اور آگہی کو تین سادہ طریقوں میں تقسیم کر دیا جن کے ذریعے بچوں کو یہ احساس دلایا جا سکتا ہے کہ انہوں نے غلط رویہ اپنایا ہے جس کی اصلاح ہونی چاہیے۔ یہ تمام طریقے نہایت ہی مفید اور کارگر ہیں۔''

خاتون مسکرانے لگی اور کہا: ''مجھے یقین ہے کہ جب یہ طریقے اپنی ذات اور شخصیت کو مدنظر رکھ کر استعمال کروں گی تو یہ مفید اور کارگر ثابت ہوں گے۔ لیکن اگر ہم نے ان طریقوں کے ذریعے اپنے بچوں کے رویوں میں اصلاح رونما کرنی ہے تو پھر مزید معلومات اور علم حاصل کرنا ہوگا۔''

انہوں نے اپنے لیے کافی تیار کی اور تمام رات اس موضوع پر آپس میں بات

چیت کرتے رہے، نوجوان باپ سوچ رہا تھا یہ تمام طریقے اچھے معلوم ہوتے ہیں۔

بہرحال، دونوں میاں بیوی اپنے متعلق بھی گفتگو کرتے رہے۔

لیکن ابھی ان کے ذہن میں یہ بات واضح نہ تھی کہ ان طریقوں کا آغاز کیسے جائے۔

ماں کہنے لگی: ''اس تمام تجویز کے متعلق مجھے ایک بڑا مسئلہ نظر آ رہا ہے۔ باپ یا ماں کو اپنے بچوں کے ساتھ ایک منٹ سے زیادہ وقت صرف کرنا چاہیے۔''

باپ نے اپنی بیوی کی اس بات سے اتفاق کیا: ''یہی کچھ اس کامیاب باپ نے مجھ سے کہا تھا اس ضمن میں ہم جو بھی طریقہ مناسب اور اہم سمجھیں، وہ طریقہ ہمیں اپنانا چاہیے اور میں یہی کچھ اپنے بچوں کے ساتھ کرنا چاہتا ہوں۔''

ماں نے ایک لمحے کے لیے سوچا اور کہنے لگی: ''اس صورت میں مجھے منظور ہے۔''

پھر اس نے اپنے خاوند کی طرف دیکھا اور کہنے لگی: اور اس طریقے کے ذریعے ہمارے پاس زیادہ سے زیادہ وقت ہوگا۔

اگلی صبح ہی نوجوان باپ نے وہ تمام طریقے آزمانے کا آغاز کیا جو اس نے سیکھے تھے۔ شروع شروع میں یہ سب کچھ اس قدر آسان نہیں تھا۔ وہ بہت پریشان ہو گیا تھا اور اس کے بچے بھی اپنے باپ کے رویے کو سمجھ نہیں پائے تھے لیکن اپنی بیوی کی مدد اور تعاون کے ذریعے وہ اپنا مقصد حاصل کرنے میں کامیاب ہو گیا۔

وہ کامیاب باپ محض اس وجہ کے باعث نہیں ثابت ہوا کہ اس نے پہلے ہی کچھ سیکھ لیا تھا بلکہ وہ کامیاب باپ اس لیے ثابت ہوا کہ اس نے مندرجہ ذیل اقدامات اپنائے:

1- اس نے اپنے بچوں کے لیے ''فوری اہداف'' متعین کیے۔

2- اس نے اپنے بچوں کے لیے ''فوری تعریف ستائش'' کا طریقہ استعمال کیا۔

3- اس نے اپنے بچوں کے لیے ''فوری ڈانٹ ڈپٹ اور سرزنش'' کا طریقہ استعمال کیا۔

4- اس نے اپنے بچوں کو پیار کیا، انہیں گلے لگایا، ان کے ساتھ ہر بات سچ سچ کہی، اپنے جذبات و احساسات کا واضح طور پر اظہار کیا، اور اپنی غلطیوں کا خود ہی مذاق اڑایا اور سب سے اہم بات اس نے یہ کی کہ اس نے اپنے بچوں کو بھی یہ اقدامات اپنانے کی ترغیب دی۔ پھر اس نے ان تمام اقدامات اور طریقوں کا ایک خلاصہ تیار کیا اور اپنے ہر بچے کو اس کی ایک ایک نقل تیار کر کے دی تاکہ انہیں یہ طریقے ازبر ہو جائیں۔

❁

باب 16

آپ اور آپ کے بچوں کے لیے تحفہ

کئی سال بعد یہ باپ جو کبھی نوجوان تھا، اپنے ماضی کے ان لمحات کی طرف نظر دوڑا رہا تھا جب اس نے پہلی بار "فوری تعریف وستائش" کے اصول کے متعلق سنا تھا۔ وہ بہت خوش تھا کہ اس نے وہ سب کچھ تحریر کرلیا تھا جو اس نے "پہلے" کامیاب باپ سے سیکھا تھا۔

اس نے یہ تمام معلومات ایک کاپی میں درج کر رکھی تھیں اور اس کی نقلیں ان افراد کو دی تھیں جو اس سے طلب کرتے تھے۔

اسے اپنا وہ دوست یاد آیا جس نے اسے پہلی دفعہ اس کامیاب باپ کے پاس بھیجا تھا۔ اس نے اپنے اس دوست سے یہ بھی کہہ دیا تھا کہ آیا اسے بھی ان تمام طریقوں کی نقل چاہیے یا نہیں۔

پھر اس دوست نے اسے فون کیا اور کہنے لگا: "میں تمہارا شکریہ ادا نہیں کرسکتا۔"
اب میں بذات خود کامیاب باپ بننے کے لیے تین اہم طریقے استعمال کر رہا ہوں، اور اب میرے گھرانے میں انقلاب آفرین تبدیلی آچکی ہے!"

یہ شخص بہت خوش تھا کہ دوسرے باپ بھی "کامیاب باپ" بننے کے لیے یہ طریقے استعمال کر رہے ہیں اور اسے یہ بھی خوشی تھی کہ اس نے یہ معلومات دوسرے افراد کو

بھی فراہم کردی تھیں۔

جن لوگوں کے پاس ان طریقوں کی نقلیں موجود تھیں، وہ انہیں بار بار پڑھتے رہتے تھے تاکہ یہ طریقے انہیں بہتر طور پر معلوم ہو جائیں اور وہ ان کا زیادہ سے زیادہ بہتر اور مفید استعمال کرسکیں۔

اس باپ کو معلوم تھا کہ کسی چیز کے عملی استعمال کے لیے لازمی ہے کہ اس چیز کو بار بار دہرایا اور یاد کیا جائے۔

پھر جلد ہی اس باپ کے اڑوس پڑوس میں کئی باپ "کامیاب باپ" بن گئے۔

بعض افراد نے یہ تمام طریقے اپنے بڑے بیٹوں کو دیئے تاکہ وہ انہیں یاد کرسکیں۔

اور پھر ان بیٹوں نے بھی دوسرے افراد کو یہ معلومات مہیا کریں۔

پھر یہ علاقہ، ایک ایسے علاقے کا روپ دھار گیا جہاں سب لوگ لطف آمیز انداز میں رہ رہے تھے۔

ایک شام، جب یہ "کامیاب باپ" اپنے گھر میں بیٹھا ہوا تھا، وہ اس وقت خود کو نہایت خوش قسمت تصور کررہا تھا۔

اس نے خود کو یہ تحفہ دیا کہ اس نے بہت کم وقت میں بہترین نتائج حاصل کرلئے تھے۔ اب اس کے پاس بہت وقت تھا کہ وہ سوچ بچار کرے اور اپنے گھرانے کو مطلوبہ مدد اور معاونت فراہم کرے۔

اب اس کے پاس تلاش کرنے کے لیے بہت وقت تھا تاکہ وہ صحت مند اور تندرست رہے۔

اسے اب دوسرے باپوں کے مانند جذباتی اور طبعی امراض بھی لاحق نہ تھے۔

اب اسے معلوم تھا کہ چونکہ اب اس کی زندگی میں پریشانی اور بے چینی بہت کم ہے، وہ اب زیادہ دیر تک زندہ رہ سکتا ہے۔

اور اسے یہ بھی معلوم تھا کہ جن دیگر افراد نے اپنے گھرانوں میں یہ طریقے استعمال کیے، وہ بھی اسی طرح کے فوائد سے مستفید ہو رہے ہیں۔

اس کے دونوں بچے یہ سیکھ چکے تھے کہ اپنی ذات اور شخصیت سے کیسے محبت کی جاتی ہے اور دوسروں کے ساتھ ایک شائستہ اور مہذب رویہ اور طرز عمل کیسے اپنایا جا سکتا ہے۔

اس گھرانے کو وہ اکثر مسائل پیش نہیں آ رہے تھے جن میں دوسرے گھرانے گرفتار تھے لیکن اس کے گھرانے نے مایوسی اور پریشانی سے محفوظ رہنے کے لیے بہت محنت ومشقت سے کام لیا تھا، انہیں ایسی خوشی نصیب ہوئی تھی جو کسی کسی کو نصیب ہوتی ہے اور انہیں معلوم تھا کہ ایک پرمسرت گھرانے کا اطمینان کیا ہوتا ہے۔

پھر یہ نیا کامیاب باپ اپنی پسندیدہ کرسی سے اٹھا اور اپنے گھر میں ادھر ادھر پھرنے لگا۔ وہ اسی وقت گہری سوچوں میں گم تھا۔

ایک باپ اور ایک انسان کی حیثیت سے وہ بہت خوشی محسوس کر رہا تھا۔ اس نے اپنے گھرانے کی دیکھ بھال اور نگہداشت پر مبنی جو رویہ اور طرز عمل اپنایا تھا اس کے باعث اسے بہت سے فوائد حاصل ہوئے تھے۔ اپنے گھرانے کے ہر فرد کے لیے اس کے دل میں محبت وپیار کے جذبات پیدا ہو گئے تھے۔

اسے اب معلوم ہو گیا تھا کہ وہ اس لیے ایک موثر اور کامیاب باپ بن گیا تھا کیونکہ اس کے بچوں نے یہ سیکھ لیا تھا کہ اپنی شخصیت اور ذات سے محبت وپیار کیسے کیا جاتا ہے۔

اور شاید سب سے اہم فائدہ اسے یہ حاصل ہوا تھا کہ اب اسے اپنی شخصیت بھی لطف آمیز معلوم ہو رہی تھی۔

❁

باب:17

دوسروں کے لیے تحفہ

اچانک اس شخص کے کانوں میں اپنی بیوی کی آواز سنائی دی: ''میری جان، تمہیں پریشان کرنے کی معافی چاہتی ہوں۔ لیکن فون پر ایک نوجوان خاتون موجود ہے۔ وہ ہمارے پاس آ کر اپنے بچوں کی پرورش کے سلسلے میں ہمارے ساتھ ملاقات کرنا چاہتی ہے۔''

یہ نوجوان ماں، جس نے اپنے خاوند کو دیکھا تھا کہ اس نے کس طرح اپنے بچوں کے رویوں میں اصلاح کی اور انہیں احساس دلایا کہ ان کا غلط رویہ ان کے لیے اور دوسروں کے لیے پریشان کن ثابت ہو سکتا ہے، جس کے باعث ان کے گھرانے کے حالات بہتر ہو گئے، اس نے بھی یہی طریقے استعمال کرنے شروع کر دیے تھے۔ اس نے اپنے خاوند سے کہا: ''اگر تم پسند کرو تو اس موضوع پر گفتگو کے حوالے سے تمہارے ساتھ شامل ہو کر مجھے خوشی ہو گی۔''

شوہر نے جواب دیا: ''میری جان، کیا تم میرے ساتھ شامل ہو گی۔ یہ تو بہت اچھی بات ہو گی۔ ممکن ہے کہ ہم اسے بتا سکیں کہ ہم نے وہ کچھ سیکھا ہے کہ کیسے ایک ماں اور باپ اس نظام کو مختلف طریقے کے ذریعے استعمال کرتے ہیں تاکہ انہیں یکساں نتائج حاصل ہو سکیں۔

نیا کامیاب باپ بہت خوش تھا۔ اسے معلوم تھا کہ اکثر ماں باپ اپنے بچوں کی پرورش میں زیادہ سے زیادہ دلچسپی لے رہے ہیں۔ ان میں سے کچھ اس قدر مشتاق تھے کہ جس طرح وہ یہ سیکھنے کا شوقین تھا کہ وہ اپنے بچوں کی بہتر اور شاندار پرورش کیسے کر سکتا ہے۔

اس باپ کے گھرانے کے تمام افراد بہت ہی مستعد اور خوش تھے۔ وہ ایک دوسرے کی رفاقت سے لطف اندوز ہو رہے تھے۔ جو لوگ انہیں جانتے تھے، انہوں نے بھی ان کے نقش قدم پر چلتے ہوئے اپنے گھرانے میں خوشی اور مسرت کی فضا پیدا کر دی۔ اپنی اس حیثیت کے باعث یہ باپ خود کو بہت خوش محسوس کر رہا تھا۔

اس نے فون کرنے والی خاتون کو کہا: ''آپ کسی بھی وقت تشریف لا سکتی ہیں!'' اور پھر جلد ہی وہ اور اس کی بیوی ایک خوبصورت اور ذہین نوجوان خاتون سے گفتگو کر رہے تھے۔ نئے کامیاب باپ نے کہا ''بچوں کی کامیاب دیکھ بھال، نگہداشت اور اصلاح کے ضمن میں ہم آپ کو بخوشی مختلف طریقے بتائیں گے۔

اپنے لیے کامیابی کے اصول، دوسروں کو بھی بتانا مت بھولیئے۔

❁❁❁